LE MOT DU MAIRE

Le nouveau Guide Jeunes réalisé par le Bureau Information Jeunesse intervient à un moment complexe où la crise que connaissent de nombreux pays amène plus d'incertitude et de tension, entraîne des difficultés nouvelles et rend pour beaucoup l'accès à un emploi et à l'autonomie bien plus compliqué encore. C'est tout particulièrement vrai dans notre pays où les jeunes sont une fois encore parmi ceux de nos concitoyens qui subissent le plus fortement ces difficultés.

Dans un tel contexte et parce que notre territoire dispose d'atouts forts, d'une capacité à créer, à inventer des réponses nouvelles, à innover, nous avons souhaité engager collectivement une relecture complète de l'ensemble des actions de « politique jeunesse » menées ici à Brest, tant par le service public local, les diverses institutions, les nombreuses associations... pour faire connaitre les réussites de notre territoire, mieux connaître les atouts de notre métropole et pouvoir agir ensemble pour les renforcer là où nous pouvons mieux faire.

Le Bureau Information Jeunesse est un des atouts de notre territoire et reçoit à ce titre un soutien fort de la part de la ville. Parmi les nombreux services et projets qu'il développe, par exemple sur la mobilité internationale des jeunes, ce Guide Jeunes à Brest est une belle illustration de l'intérêt du Bij, un Bureau d'Information Jeunesse ouvert à tous les jeunes brestois, quelque soit leur situation.

Pour continuer de faire de Brest une ville qui évolue, se transforme, une métropole forte et dynamique, un territoire de projets, de solidarité et d'innovation, nous avons besoin de l'engagement de tous.

Je vous invite toutes et tous à participer, à vous engager, à faire vivre vos rêves et vos projets, à les faire découvrir et partager, à témoigner combien la jeunesse d'un territoire est une chance et un atout pour celui-ci, combien être jeune à Brest c'est participer à construire ici une métropole de progrès, une métropole humaine.

François Cuillandre
Maire de Brest
Président de Brest métropole océane

Thème des photos du guide
Pratiques culturelles
et artistiques des jeunes à Brest

Brest, une ville au service des jeunes

Renc'Arts Hip Hop 2010, Brest

La ville de Brest et Brest métropole océane mettent en œuvre dans le cadre de leurs compétences, des politiques qui prennent en compte les attentes et les besoins des jeunes: développement durable, accès public à l'Internet et au multimédia, sport, culture, insertion...

Voici quelques-uns des dispositifs qui vous sont directement destinés.

La coordination jeunesse de la Ville de Brest

La coordination jeunesse est la porte d'entrée pour vous permettre de connaître la ville, l'offre et les services qui vous sont destinés, et les moyens d'en devenir acteur. Vous y trouverez aussi un accompagnement dans le montage de vos projets et le suivi de votre association. Vous pourrez y trouver des dispositifs d'aides aux initiatives :

- La Bourse Coup de Pouce : pour les jeunes porteurs de projets (hors stages d'études) de 16 à 30 ans, résidants à Brest.
- Des subventions pour les associations de jeunes.

De nombreuses associations brestoises vous offrant un panel d'activités diversifiées sont également soutenues par la ville. La coordination jeunesse peut vous informer sur cette richesse locale.

Chaque année en février, **le festival Pleins feux sur la jeunesse**, organisé par la Ville, permet aux jeunes de valoriser leur projet par des expositions photos, des concerts, des films et autres réalisations, etc.

- **Le Conseil local de la jeunesse** : un espace de participation à la vie locale pour les jeunes. Tout au long de l'année, des ateliers, adressés aux 16/30 ans, sont mis en place pour réfléchir directement avec les élus et les services sur les questions qui vous concernent.

Contact

Coordination jeunesse de la Ville de Brest
Service action associative et jeunesse
Hôtel de ville (7e étage) - 02 98 00 84 13 ou 06 77 68 65 19

Actions en faveur de la vie étudiante

• Information des étudiants

Brest métropole océane et la Ville de Brest proposent, en partenariat avec les acteurs de la vie étudiante, un dispositif d'accueil à la rentrée universitaire. Dans ce cadre, les étudiants ont la possibilité de découvrir l'agglomération brestoise, ses habitants, et de se rencontrer autour de moments festifs et conviviaux, comme La Déambule. A cette même période, des actions spécifiques à destination des étudiants étrangers nouvellement arrivés sont également mises en œuvre.

• Aide aux associations étudiantes

Brest métropole océane soutient financièrement les initiatives des associations étudiantes :
- qui tendent à développer des projets collectifs inter-campus,
- qui servent à la promotion de l'enseignement supérieur brestois,
- qui visent à favoriser l'insertion professionnelle des étudiants.

L'aide peut également prendre la forme d'un soutien logistique et/ou d'un prêt de matériel.

• Aide à la mobilité internationale

L'aide financière de Brest métropole océane s'adresse aux étudiants inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur de l'agglomération brestoise. Elle est principalement accordée pour des stages d'une durée inférieure ou égale à 2 mois.

Contact : **Service Formation-Recherche**
Hôtel de Communauté - 24, rue Coat-ar-Gueven - 02 98 33 53 53

La Mission internationale des échanges et de la coopération (MIEC)

• Mobilité dans les villes jumelles de Brest

L'aide financière de la ville de Brest s'adresse aux groupes de jeunes scolaires ou associatifs qui séjournent dans une des villes jumelles ou amies de la ville de Brest : Bejaia (Algérie), Cadix (Espagne), Constanta (Roumanie), Denver (Etats-unis), Dun Laoghaire (Irlande), Kiel (Allemagne), Plymouth (Grande-Bretagne), Saponé (Burkina Faso), Tarente (Italie), Yokosuka (Japon). Une subvention forfaitaire par jeune brestois participant à un séjour peut être accordée. De même une aide financière forfaitaire peut être accordée aux associations brestoises qui reçoivent un groupe de jeunes venant d'une des villes jumelles de Brest.

• La Solidarité internationale

La Mission internationale des échanges et de la coopération, par son action, sensibilise la jeunesse aux questions de solidarité internationale et encourage les projets dans ce domaine. Une subvention peut ainsi être accordée aux projets de solidarité internationale portés par une association brestoise. Un dossier de demande de subvention doit être retiré auprès du service.

Contact

Mission internationale des échanges
et de la coopération - Ville de Brest
Hôtel de Communauté - 24, rue Coat-ar-Gueven - 02 98 33 52 50

VOTRE RESIDENCE A VIVRE ET A ETUDIER

Toutes les infos en 1 clic !

univercity.fr

- accueil
- budget adapté
- ouvre droit à l'APL
- accès Internet
- studios meublés, kitchenette, salle d'eau, laverie, résidence sécurisée, transports à proximité, accès immédiat aux lieux d'études...

Univercity
DES LOGEMENTS A VIVRE ET A ÉTUDIER

BREST Centre-ville
Tél : 02 98 43 69 72
Mail : celine.laouenan@arpej.fr
Résidence LIBERTE : 23, rue Duquesne
Résidence SAINT-LUC : 15, rue Jean Bon Saint-André
Résidence RECOUVRANCE : 3, petite rue Vauban

PLOUZANE Brest Technopôle
Tél : 02 98 31 46 50
Mail : matthias.sevellec@arpej.fr
Résidence TECHNOPOLE : Route de Sainte-Anne du Portzic

Photos non contractuelles

SOMMAIRE

1	L'information jeunesse à Brest	7 > 11
2	Lycéen	13 > 17
3	Se former en alternance	19 > 25
4	Étudiant	27 > 35
5	Demandeur d'emploi	37 > 43
6	Salarié	45 > 49
7	Se loger	51 > 59
8	Se divertir	61 > 65
9	Se déplacer	67 > 71
10	Mémo santé	73 > 83
11	Idées - Projets	85 > 91
12	Vie pratique	93 > 99

Guide « Jeunes à Brest » n°13 - Édition 2010/2011
Directrice de la publication : Michèle Casu
Éditeur : Bureau information jeunesse de Brest
Comité de rédaction : Delphine Kerlan, Karine Quéré
Correction : Agnès Pissavy, Saïda Rehouma, Pierre-Yves Cavellat
Conception - Réalisation - Régie publicitaire :
Agence Bergame à Brest - 02 98 46 05 17 - Courriel : agence.bergame@orange.fr
Crédit photos : Jacques Bocoyran (ESAB)
sauf mentions spéciales dans les légendes
Photographie de couverture : Yves Boulloch
Graphiste : Alto Design (Magali Sannier)
Impression : Cloitre Imprimeurs à Saint-Thonan - Tirage : 21 000 exemplaires
Remerciements à Isabelle Laurent (ESAB)

Photographie de couverture
Théâtre amateur à Brest - Marie Nédélec
de « La Compagnie du Chat qui tousse »
en répétition sur le cours Dajot
Retrouvez « La Compagnie du Chat qui tousse »
sur Facebook !

PEFC 10-31-1238

SAINTE-ANNE
COLLÈGE - LYCÉE
Près du centre ville et des universités
Le collège-lycée Sainte-Anne
• Section bilangue Anglais-Allemand en collège
• Section européenne (anglais)
• Section internationale britannique
• LV 1 : Anglais
• LV 2 : Allemand - Espagnol - Italien
• LV 3 : Italien
• Latin - Grec
• Bacs L, ES, S
• Classes préparatoires scientifiques
(MPSI - PCSI - MP - PC - PSI)
www.sainte-anne-brest.org
Conception - Agence BERGAME - 02 98 46 05 17
Collège • Lycée • Classes préparatoires scientifiques • 20, rue Lamotte-Picquet • BP 58716 • 29287 Brest Cedex
02 98 44 76 82 • Fax 02 98 43 30 65 • Courriel : grp29.ste-anne.brest@ecbretagne.org

L'Information jeunesse à Brest

UN ESPACE DOCUMENTAIRE

UN POINT D'ACCÈS PUBLIC À INTERNET

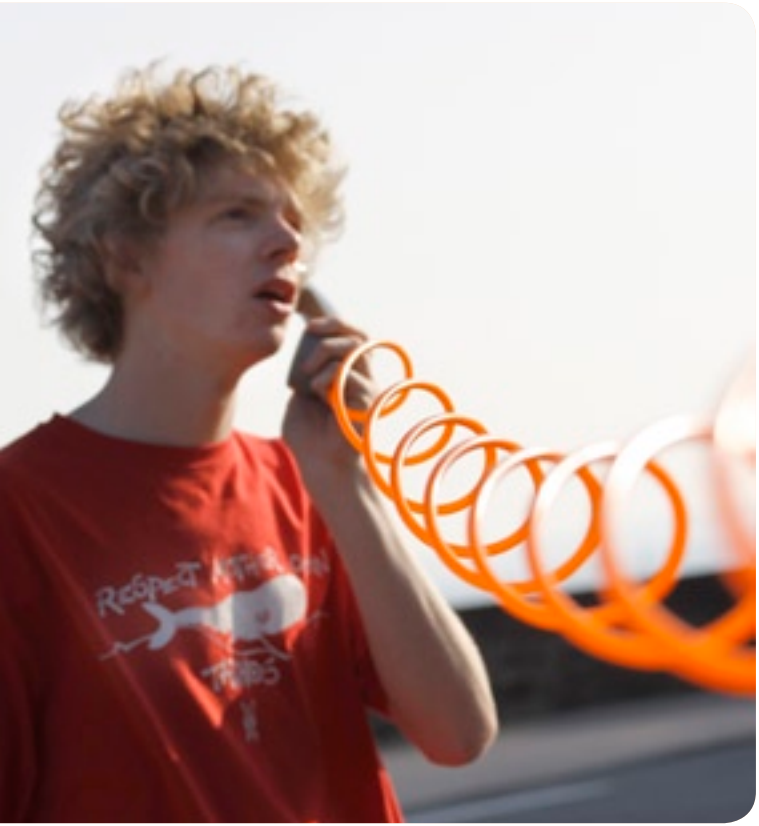
UN SITE : WWW.BIJ-BREST.ORG

DES GUIDES, DES ÉVÉNEMENTS,
DES ANIMATIONS

UN RENDEZ-VOUS MENSUEL :
CAFÉ INTERNATIONAL

RELAIS PEJA

L'Information jeunesse à Brest



« *La Compagnie du Chat qui tousse » en répétition sur le cours Dajot, Brest / Photographie : Yves Boulloch*

Le Bij de Brest est un centre de ressources ouvert à tous qui propose :

◗ Un espace documentaire en accès libre et gratuit

Vous pouvez y chercher seul les réponses à vos questions ou être accompagné par un professionnel. Vous y trouverez de nombreuses informations concernant les formations, les métiers, l'alternance et de nombreux domaines comme le logement, la santé, partir à l'étranger, les jobs, les aides financières, le transport, les aides aux projets, les loisirs…

Vous pourrez y consulter : des magazines et la presse quotidienne régionale, des petites annonces, des offres de jobs, de logement, de bénévolat, des affiches de concerts, des rencontres et manifestations locales.

◗ Un Point d'accès public à Internet

- Un accès à Internet libre et gratuit. Limité à 30 minutes par jour en semaine et à 1 heure le samedi.
- Un Point accueil services : espace de travail dédié à la recherche d'emploi, de jobs, de formation et à la gestion de vos dossiers administratifs. (Temps de connexion illimité)

◗ Un site internet : www.bij-brest.org

Avec de nombreuses informations pratiques, téléchargeables et actualisées. Sur la page d'accueil, vous trouverez les dernières actualités recensées par les animateurs-documentalistes ainsi que des offres de jobs par secteur d'activité.

◗ Des guides d'information

Le guide Jeunes à Brest, le guide Étudiants étrangers, les plaquettes Jobs d'été mode d'emploi...

◗ Des événements

Deux forums par an : Jobs d'été et emplois saisonniers (en février ou mars), Jeunes et international (en octobre ou novembre).

◗ Des accueils de groupes et des ateliers d'information

Le Bij accueille des lycéens, des stagiaires de la formation professionnelle, des demandeurs d'emploi et leur propose des ateliers découverte du Bij et de ses ressources. Nous mettons également en place des ateliers thématiques (recherche de stage, jobs d'été...).

◗ Un rendez-vous mensuel, Café international

Café international s'adresse aussi bien à ceux qui sont partis qu'à ceux qui veulent partir à l'étranger. Venez échanger vos expériences, vos astuces, vos bons plans à l'étranger dans un cadre convivial un jeudi par mois (d'octobre à juin). Certains Café ont une ou plusieurs thématiques (témoignage d'une expérience, présentation d'un pays par un jeune étranger...) tandis que d'autres sont libres.

Lieu : **FJT l'Aile**, 7 rue Kérabécam - Brest (de 18h à 20h)

Le Bij est relais d'accompagnement du Programme européen jeunesse en action (PEJA)

Ce programme d'éducation non formelle de la Commission européenne s'adresse aux jeunes de 13 à 30 ans et se décline sous différentes actions. Le Bij vous accompagne et trouve des partenaires européens, vous permet de participer à des stages et séminaires en France ou en Europe :

• Échanges de jeunes (Action 1.1 du PEJA)
Les échanges s'adressent aux jeunes de 16 à 30 ans et leur permettent d'établir un premier contact avec la réalité européenne. Il s'agit d'une rencontre sur plusieurs jours (entre 6 et 21 jours) avec un ou plusieurs pays, se déroulant en dehors des structures scolaires, universitaires ou de formation professionnelle. Elle est construite autour d'un thème commun avec des objectifs et des activités concertées avec tous.

• Initiatives de jeunes (Action 1.2)
Cette action est destinée à tous les groupes de jeunes de 15 à 30 ans qui souhaitent mettre en place un projet ou des activités qui ont une dimension européenne. Son but est de soutenir la prise d'initiative des jeunes, de développer leur esprit d'entreprise et leur créativité.

Contact : Agnès Pissavy - agnes.pissavy@bij-brest.org
02 98 43 84 16

• Le Service volontaire européen (Action 2)
Le Service volontaire européen (SVE) s'adresse aux jeunes de 18 à 30 ans en leur offrant la possibilité de partir en volontariat dans un pays de l'Union européenne sans qu'aucun critère de niveau de langue ou de niveau de diplôme ne soit requis. Il permet de découvrir une autre culture et d'acquérir de nouvelles compétences. Une subvention de l'Union européenne couvre une partie des frais liés au projet (hébergement, restauration, formation, soutien, cours de langues, etc.) ainsi que l'argent de poche et la protection sociale des volontaires. Le Bij est structure d'envoi pour le SVE depuis 2007 et envoie une dizaine de jeunes par an.

Plus d'infos sur : **www.bij-brest.org** (rubrique Partir à l'étranger > Solidarité/Volontariat > SVE)

• Séminaires européens (Action 5)
Ces séminaires sont destinés aux groupes de jeunes de 15 à 30 ans, aux animateurs et aux organisations de jeunesse. Cette coopération européenne encourage un dialogue structuré entre les jeunes, les organisations de jeunes et les décideurs politiques. Au moins 5 pays européens y participent sur une durée comprise entre 1 et 6 jours. Le Bij reçoit régulièrement des propositions de séminaires et peut vous y inscrire.

Plus d'information sur le PEJA sur :
www.injep.fr/-Actions-europeennes-.html

BON A SAVOIR
- *Le Bij accompagne les projets de mobilité internationale individuels ou collectifs sur rendez-vous : recherche de stage, travail, échanges, voyage...*
- *Le Bij accompagne les projets de solidarité internationale en lien avec le Cicodes basé à Quimper et le réseau Ritimo : il vous fait connaître les réseaux et les contacts utiles pour le montage du projet, la réalisation du budget prévisionnel, la recherche de financements.*

Contact

Bij - 4, rue Augustin Morvan - Brest
02 98 43 01 08 - accueil@bij-brest.org
www.bij-brest.org

• Horaires

Lundi . . . . . 13h30 - 18h
Mardi . . . . . 13h30 - 18h
Mercredi . . . . . 9h - 18h
Jeudi. . . . . 13h30 - 18h
Vendredi . . . . . 13h30 - 18h
Samedi* . . . . . 9h - 12h

**Fermé les samedis des vacances scolaires*

Maison Familiale Rurale
RUMENGOL
FORMATIONS COMMERCIALES

Formations commerciales par alternance

BAC PRO 3 ans accessible dès la classe de 3e
BAC PRO 2 ans accessible après un BEP ou CAP
BTSA Technico commercial en 2 ans

MFR de Rumengol
29590 LE FAOU - Tél. 02 98 81 93 07
www.mfr-rumengol.com

MAISON FAMILIALE PLABENNEC - PLOUDANIEL

Préparez un métier pour demain

MFR

Centre de formation par alternance du CAP au Bac professionnel
Agriculture,
Horticulture,
Paysage,
Alimentation-Hygiène,
Travaux publics et Fleuristerie
Votre 4e/3e par alternance pour choisir votre métier

RÉUSSIR autrement

15, rue des Ecoles
PLABENNEC 02 98 40 40 73
www.mfr-plabennec-ploudaniel.com

IDPCES BREST
idpces-brest.com

BTS
MEDECINE
PREPA CONCOURS

MEDECINE - DENTAIRE
SAGE-FEMME - PHARMACIE
Stages de prérentrée - encadrement annuel

CONCOURS SOCIAUX
BTS Economie sociale et familiale (ESF)
Educateur spécialisé, éducateur de jeunes enfants, moniteur éducateur, assistant de service social

CONCOURS PARAMEDICAUX
Orthophoniste, infirmier, ergothérapeute, masseur kinésithérapeute, pédicure-podologue, manipulateur ER, psychomotricien, orthoptiste, audioprothésiste

REMISE A NIVEAU SCIENTIFIQUE
REVISIONS BAC

ENSEIGNEMENT SUPERIEUR PRIVE
1 bis rue Bossuet 29200 BREST
(place Albert 1er)
02 98 44 27 62

Vous êtes lycéen

2

VIE LYCÉENNE

AIDES ET BOURSES

ASSURANCE MALADIE

POURSUIVRE SES ÉTUDES
DANS L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

Vous êtes lycéen

Tournage pour l'émission « On é pa d mouton ! » par TGB (Télévision Générale Brest)

Vie lycéenne

Les Conseils de la vie lycéenne (CVL)

Pour comprendre vos instances de la vie lycéenne, connaître vos droits et devoirs, vous informer sur les actualités et initiatives lycéennes... Un site indispensable vous est consacré, il vous donne les clés et les conseils pour faciliter votre engagement dans la vie lycéenne et mener à bien vos actions : **www.vie-lyceenne.education.fr**

Quelques semaines après la rentrée, vous élirez vos représentants au Conseil de la vie lycéenne, qui, à différents niveaux, parleront et agiront en votre nom.

Les instances participatives

• Délégués des élèves

Les délégués sont les représentants des élèves de leur classe. Au conseil de classe, ils participent aux échanges et effectuent des propositions pour la vie lycéenne.

• Conseil de discipline

Trois représentants des élèves siègent au conseil de discipline sous la présidence du chef d'établissement, aux côtés des représentants des professeurs, des autres personnels et des parents d'élèves, etc. Tous les représentants sont élus parmi les membres du conseil d'administration.

• Conseil d'administration ou d'établissement

C'est le lieu des décisions importantes. Le conseil d'administration (dans le public) ou conseil d'établissement (dans le privé) règle l'organisation pédagogique et éducative de l'établissement, vote le budget et le règlement intérieur et délibère sur les questions relatives à la vie de l'établissement. Cinq représentants des élèves participent au conseil d'administration du lycée.

Les organisations lycéennes

Une organisation lycéenne est un regroupement de lycéens militants qui a pour but de porter des revendications, de défendre et représenter les lycéens.

Pour connaître les contacts locaux, renseignez-vous auprès des fédérations nationales.

- **Fédération indépendante et démocratique lycéenne (FIDL)**
  06 73 35 70 30 - **www.fidl.org**
- **Union nationale lycéenne (UNL)**
  01 40 82 94 00 - **www.unl-fr.org**
- **Union nationale inter-lycée (UNI Lycée)**
  01 78 16 40 30 - **www.unilycee.com**
- **Sud Lycéen**
  www.sudlyceen.fr

Aides et bourses

Des aides financières existent pour que des difficultés matérielles ne soient pas un obstacle à la poursuite de vos études.

Bourses de lycée

En cas de difficulté à assurer seules les frais de scolarité, l'État accorde aux familles des bourses de lycée. Pour plus d'informations, adressez-vous à l'administration de votre établissement scolaire.

BON À SAVOIR : un certain nombre de primes complétant la bourse sont disponibles selon votre niveau scolaire et votre domaine de formation. Plus d'infos sur : ***www.service-public.fr***

Fonds social lycéen

Vous pouvez bénéficier d'une aide pour des besoins ponctuels concernant : les dépenses relatives aux transports et sorties scolaires, à l'achat de manuels et de fournitures, de matériel professionnel ou sportif, etc. Pour solliciter une aide, adressez-vous directement à l'assistant(e) social(e) de votre lycée.

BON À SAVOIR : un autre fonds social existe pour permettre aux élèves de fréquenter la cantine de leur lycée.

Prime à l'internat

Vous pouvez en bénéficier si vous êtes élève boursier national scolarisé en internat de collège, de lycée ou d'établissement régional adapté (EREA). Cette prime est attribuée automatiquement aux élèves boursiers internes.

Pour en savoir plus : **www.service-public.fr** *(rubrique Famille > Scolarité)*

Les Chèques-livres, l'aide au premier équipement

La Région Bretagne s'est engagée dans une politique de soutien aux familles en participant à l'acquisition des manuels scolaires de tous les lycéens et une aide au premier équipement pour les élèves des lycées professionnels.

Pour en savoir plus : **www.bretagne.fr** *(Politiques publiques > Formation > Favoriser la réussite des lycéens) ou contactez le secrétariat de votre établissement.*

Assurance maladie

À 16 ans, vous recevez votre carte Vitale. Cette carte est à votre nom, mais le numéro de Sécurité sociale indiqué dessus est encore celui du parent dont vous dépendez habituellement. En terminale, vous recevrez votre propre numéro de Sécurité sociale. Les modalités et vos droits à l'assurance maladie varient selon votre âge.

Pour les moins de 20 ans

Vous avez droit aux prestations en nature (remboursement des soins) des assurances maladie et maternité en tant qu'ayant droit de vos parents jusqu'à votre 20e anniversaire ou, si votre scolarité a été retardée pour des raisons médicales, jusqu'à la fin de l'année au cours de laquelle vous aurez 21 ans. Vous devez adresser chaque année un certificat de scolarité à votre caisse d'assurance maladie.

Pour les plus de 20 ans

A partir de 20 ans, vous n'êtes plus considéré comme ayant droit de vos parents. Votre situation change vis-à-vis de l'assurance maladie :

- Vous pouvez être ayant droit d'un conjoint, concubin, partenaire PACS, ou tout autre assuré social chez qui vous vivez depuis 12 mois et dont vous êtes à la charge totale et permanente. À ce titre, vous continuez à avoir droit au remboursement de vos soins en cas de maladie ou de maternité.
- Vous bénéficiez du maintien de vos droits au remboursement de vos soins en cas de maladie ou de maternité, pendant un an. Au-delà de cette période d'un an, si vous n'êtes pas couvert par un autre régime d'assurance maladie (si vous travaillez par exemple), vous pouvez bénéficier de la couverture maladie universelle (CMU) de base.

Contact

CPAM de Brest - Rue de Savoie ou square Marc Sangnier
Tél. 36 46 (prix d'un appel local depuis un poste fixe)
www.ameli.fr

Poursuivre ses études dans l'enseignement supérieur

S'informer-s'orienter : le Centre d'information et d'orientation (CIO)

Le Centre d'information et d'orientation de Brest accueille les publics scolaires et non scolaires en recherche de formation pour :

- Aider dans la construction de parcours de formation : conseil individuel
- Repérer parmi les formations, les débouchés et l'insertion dans l'emploi
- Accompagner dans une réflexion sur soi propice au choix d'orientation
- Donner une dimension européenne au parcours d'études : CIO relais Europe du réseau Euroguidance.

Contact

CIO - 8, rue des Onze-Martyrs - Brest
02 98 44 31 74 - Courriel : Ce.0290111n@ac-rennes.fr
www.cio-brest.org

BON À SAVOIR : Le CIO organise des ateliers d'orientation destinés aux lycéens de première et terminale encore indécis sur l'orientation à donner à leur poursuite d'études après le bac. Il faut anticiper sa participation à l'atelier en remplissant un questionnaire d'intérêts au moins 10 jours avant l'atelier.

Modalités d'inscription dans l'enseignement supérieur

Si vous souhaitez poursuivre vos études l'année prochaine, inscrivez-vous sur **www.admission-postbac.fr**. Ce portail unique est destiné à simplifier toutes les démarches d'inscription dans un établissement d'enseignement supérieur (université, classes préparatoires aux grandes écoles, instituts universitaires de technologie ou écoles d'ingénieurs).

Attention ! Certaines formations conservent leurs propres procédures d'inscription : les écoles des secteurs paramédical et social (inscriptions dès le mois d'octobre), les écoles supérieures d'art et certaines écoles d'ingénieurs. Plus d'infos sur www.nadoz.org

L'APPRENTISSAGE INDUSTRIEL ET TECHNOLOGIQUE

C • F • A • I
DE BRETAGNE

Une formation gratuite
+ un salaire + un diplôme !

Le CFAI de Bretagne c'est :

- Plus de mille apprentis
- Un taux de réussite aux examens en juin 2009 de 91%
- Un taux d'insertion professionnelle de 93%

Vous avez entre 15 et 26 ans... Vous souhaitez apprendre un métier dans les filières de la :

- maintenance industrielle,
- chaudronnerie/traitement des matériaux,
- conception/bureau d'études,
- productique/usinage,
- conduite de lignes,
- régulation automatique...

Nous vous proposons des formations en CAP - BAC PRO - BTS - DUT

www.cfaibretagne.org
02 98 02 03 30

Agence BERGAME - 02 98 46 05 17

CFAI de Bretagne • 8 bis rue F. de Lesseps (face au Bibus) • ZI de Kergonan • 29200 BREST

JE VEUX !
UN AVENIR MAINTENANT !
1 700 élèves et apprentis
CAP, bac pro, BTS,
enseignement supérieur
dans les secteurs : Alimentation
Automobile - Coiffure - Esthétique
Commerce - Vente - Hôtellerie
Restauration - Pharmacie
BTS assistant(e) manager
BTS management des unités
commerciales - BTS négociation
et relation client
Avec l'Ifac
JE PEUX !
essentiel www.essentiel-conseil.net - crédits photos : Fotolia - Edyta Pawlowska
www.ifac.cci-brest.fr / Tél. : 02.29.00.60.60 / 02.29.00.60.21
Ifac CCI Brest
CENTRE DE FORMATION DES APPRENTIS DE LA CCI DE BREST
L'IFAC EST CONVENTIONNÉ PAR LA RÉGION BRETAGNE

Se former en alternance

3

DEUX TYPES DE CONTRAT EN ALTERNANCE

RECHERCHER UNE ENTREPRISE

ASSURANCE MALADIE

Se former en alternance

Lutherie Quintric, Brest

Deux types de contrat en alternance

L'alternance permet d'acquérir une qualification professionnelle tout en passant un diplôme. Apprendre à la fois à l'école et en entreprise en se confrontant aux réalités de la vie professionnelle est une formule accessible à tous les jeunes quel que soit leur niveau. Deux principaux contrats de travail en alternance existent : le contrat d'apprentissage et le contrat de professionnalisation.

LE CONTRAT D'APPRENTISSAGE

Cette formule d'insertion professionnelle permet à des jeunes de 16 à 25 ans de conclure un contrat de travail alternant travail en entreprise et en centre de formation des apprentis (CFA). Grâce au contrat d'apprentissage, vous pouvez préparer un diplôme allant du CAP à bac + 5.

A qui s'adresse ce contrat ?

- À tout jeune de 16 ans à 25 ans. Il existe des possibilités de dérogation aux limites d'âge sous certaines conditions.
- Dès 15 ans dans le cadre de la classe préparatoire à l'apprentissage. L'alternance permet de préparer son choix en découvrant différents métiers tout en continuant à suivre des enseignements généraux

Quels sont les employeurs ?

Les entreprises relevant des secteurs artisanal, commercial, industriel ou associatif, ainsi que des entreprises relevant du secteur public (non industriel et non commercial).

Statut

L'apprenti bénéficie du statut de salarié. Une carte nationale d'apprenti sera délivrée à l'élève par son centre de formation.

Formation

La formation se décline par des temps de formation en entreprise et en CFA (400 heures minimum par an) et aboutit à l'acquisition d'une qualification reconnue par un diplôme. Elle est totalement gratuite pour l'apprenti.

Nature du contrat

C'est un contrat de travail à durée déterminée (CDD) de 1 à 3 ans avec une possibilité de dérogation à la durée du contrat sous certaines conditions. Le temps de travail est identique à celui des autres salariés de l'entreprise et inclut le temps de formation.

Rémunération

Le salaire minimum de l'apprenti varie de 25 % à 78 % du Smic horaire (ou du salaire minimum conventionnel) en fonction de l'âge de l'apprenti et de sa progression dans le cycle de formation.

Les Centres de formation des apprentis (CFA)

Pour obtenir la liste des CFA en Bretagne, consultez « La carte de l'apprentissage en Bretagne » sur le site du Conseil régional **www.bretagne.fr**

BON À SAVOIR : Chaque mercredi après-midi de 14h30 à 17h à partir du mois de mars jusqu'au mois de juin (sauf vacances scolaires), l'IFAC accueille les personnes désireuses de mieux connaître l'apprentissage. Des entretiens individuels sont proposés aux jeunes afin de mieux cerner leurs attentes et leurs motivations.

Aides financières

La formation gratuite pour l'apprenti s'accompagne de dispositifs d'aides financés par la Région Bretagne : une aide au transport, à l'hébergement et à la restauration (Argoat), une aide au premier équipement ainsi que des tarifs préférentiels pour les déplacements en TER.

Pour en savoir plus : **www.bretagne.fr** *(Les politiques publiques > Formation > Vous êtes apprenti > Les aides aux apprentis)*

Le Conseil général du Finistère propose une bourse d'apprentissage artisanal pour les jeunes préparant un diplôme de niveau IV ou V (du CAP au BAC Pro) en CFA. Pour connaître les critères d'éligibilité et télécharger le dossier : **www.cg29.fr** *(Les aides et subventions > Enfance famille > Action jeunesse > Bourse d'apprentissage artisanal)*.

LE CONTRAT DE PROFESSIONNALISATION

L'objectif de ce contrat est de permettre l'acquisition d'un diplôme, d'un titre ou d'une qualification professionnelle qui favorise l'insertion professionnelle.

A qui s'adresse ce contrat ?

Aux jeunes de 16 à 25 ans sans qualification professionnelle et à ceux qui souhaitent compléter leur formation initiale, ainsi qu'aux demandeurs d'emploi de plus de 26 ans.

Quels sont les employeurs ?

Tout employeur assujetti au financement de la formation continue ainsi que les établissements publics industriels et commerciaux et les entreprises d'armement maritime. En revanche sont exclus l'État, les collectivités territoriales et leurs établissements publics administratifs.

Statut

Salarié bénéficiant des dispositions applicables aux autres salariés de l'entreprise à condition qu'elles soient compatibles avec les exigences de leur formation.

Formation

La durée des actions d'évaluation, d'accompagnement et des enseignements généraux, professionnels et technologiques, est comprise entre 15 % et 25 % de la durée du contrat.

Nature du contrat

Contrat de travail à durée déterminée (CDD) de 6 mois à 1 an pouvant aller jusqu'à 2 ans, ou contrat à durée indéterminée (CDI). Le temps de travail est identique aux autres salariés et inclut le temps de formation.

Rémunération

Pour les jeunes de 16 à 25 ans, le salaire varie de 55 à 80 % du Smic horaire en fonction de l'âge et du niveau de formation. Pour les 26 ans et plus, le salaire ne peut être inférieur au Smic, ni à 85 % du minimum conventionnel.

Vous avez signé un contrat de professionnalisation et vous êtes à la recherche d'un centre de formation pour l'enseignement théorique. Vous trouverez dans les structures citées ci-dessous (CIO, Bij, etc.) des dossiers « métiers » dans lesquels sont recensés tous les organismes de formation continue qui dispensent à la fois des formations à temps plein et en contrat de professionnalisation.

LIEUX ET/OU SITES INTERNET D'INFORMATION

- **www.travail-solidarite.gouv.fr**
  (Accueil > Informations pratiques > Fiches pratiques > Contrats de travail > Le contrat d'apprentissage ou contrat de professionnalisation)
- **www.bretagne.fr**
  (Les politiques publiques > Formation > L'apprentissage, un choix gagnant)
  Le Conseil régional édite le « Guide de l'apprentissage », vous pouvez vous le procurer au Bij ou en téléchargement sur leur site.
- **Bureau information jeunesse**
  4, rue Augustin Morvan - Brest
  02 98 43 01 08 - **www.bij-brest.org**
  Vous pouvez consulter un dossier complet sur l'apprentissage.
- **CIO (Centre d'information et d'orientation)**
  8, rue des onze martyrs - Brest
  02 98 44 31 74 - **www.cio-brest.org**
- **Mission locale du pays de Brest**
  15 bis, rue Fautras - Brest (siège administratif) - 02 98 43 51 00
  Il existe des antennes réparties sur tout le pays de Brest, contactez le siège administratif pour connaître l'antenne la plus proche de chez vous.

Rechercher une entreprise

Pas de formation en alternance sans contrat de travail, la recherche d'un employeur relève d'une véritable recherche d'emploi et exige un projet professionnel. Parallèlement vous devez vous préoccuper du centre de formation qui vous accueillera.

Faites le point sur votre motivation. Pensez aux entreprises pour lesquelles vous souhaitez travailler. Ciblez vos recherches en fonction de l'emploi ou du secteur d'activité souhaité.

Fête des fanfares, Brest

PLUSIEURS SOURCES D'INFORMATION

Les relations

Renseignez-vous auprès de votre entourage (famille, voisins, amis, lieux de stage, etc.) pour connaître les entreprises qui recherchent un apprenti et faire savoir que vous recherchez une entreprise pour un apprentissage.

Les journaux

La presse quotidienne régionale publie régulièrement des articles sur les entreprises locales. C'est une démarche simple et efficace pour connaître les besoins des entreprises et découvrir leur activité. Par ailleurs, consultez le supplément des annonces qui paraît chaque week-end. Les entreprises peuvent y publier des offres d'apprentissage.

Les professionnels

• Pôle emploi

Il informe et conseille les jeunes et leur famille sur le marché de l'emploi et les secteurs d'activité porteurs. Pôle emploi a également pour rôle de collecter les offres de contrats en alternance.

Plus d'informations sur : **www.pole-emploi.fr**

• La Mission locale

Elle accompagne les jeunes dans leur recherche de contrat en alternance et sensibilise les employeurs à ce type de contrat. Dans le cadre d'un suivi, elle effectue une mise en relation entre les offres et les jeunes et propose une aide pour les démarches.

• Les organismes consulaires

Les chambres de métiers et de commerce sont des organismes consulaires. Ils diffusent des informations sur les secteurs professionnels, ils connaissent les entreprises de la région et leurs besoins. Vous pouvez prendre contact avec eux pour deux raisons :

- Consulter l'annuaire des entreprises de la région afin de connaître leur environnement économique, leur activité, le nombre de salariés, etc.
- Accéder dès le mois d'avril aux offres de contrats en alternance recensées par les chambres consulaires

CONTACTS

• Chambre de métiers et de l'artisanat (antenne de Brest)
5, rue Jacques Daguerre - 29850 Gouesnou
02 98 02 73 55 (Demander le service apprentissage)
www.cm-finistere.fr
Une liste d'offres est accessible dans la rubrique : Formation apprentissage > Bourse d'apprentissage.

• Chambre de commerce et d'industrie de Brest (CCI)
Service fichiers des entreprises : vous pourrez obtenir la liste des entreprises par secteur d'activité ou par produits...
1, place du 19e RI - Brest - 02 98 00 38 60

• Point A *(Pour obtenir la liste complète des entreprises)*
IFAC - 9 bis, rue Yves Giloux - Brest - 02 29 00 60 00
Quelques offres sont accessibles sur **www.ifac-brest.fr** *(Bourse apprentissage > Trouver un apprentissage).*

• Chambre d'agriculture
(Information sur les formations agricoles par apprentissage, les tendances de l'emploi, etc.)
Quimper - 02 98 52 49 40
Brest - Zone de l'Hermitage - 02 98 41 33 00

Assurance maladie

Les apprentis et les bénéficiaires d'un contrat de professionnalisation sont assimilés à des salariés. Ils dépendent du régime général de Sécurité sociale et sont affiliés à la Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM) de leur domicile.

Contact

CPAM (du lundi au vendredi de 8h à 17h)
Rue de Savoie ou square Marc Sangnier - Brest
Tél. 36 46 (8h à 18h)
www.ameli.fr

FACILITEZ-VOUS LA VIE !

Consultez tous les services étudiants sur notre site

www.univ-brest.fr

Les services de la vie étudiante
CLOUS Brest

ueb
UBO
université de bretagne occidentale

Vous êtes étudiant 4

LA VIE AU QUOTIDIEN

BOURSES ET AIDES FINANCIÈRES

TRAVAILLER POUR FINANCER SES ÉTUDES

REPRÉSENTATION ET PARTICIPATION À LA VIE ÉTUDIANTE

SPORTS ET LOISIRS À LA FAC

Vous êtes étudiant

Enregistrement d'une émission de radio U

La vie au quotidien

Un site incontournable pour s'informer sur la vie pratique, les aides financières, l'orientation ou l'insertion professionnelle, les études à l'étranger : www.etudiant.gouv.fr

SE LOGER

Vous trouverez dans ce chapitre uniquement les services et résidences pour les étudiants. Pour élargir votre recherche, consultez également le chapître « Se loger ».

Cités et résidences universitaires

Le CLOUS (Centre local des œuvres universitaires et scolaires) met à la disposition des étudiants des logements qu'il gère directement en affectant sur critères sociaux les chambres et les appartements de ses résidences universitaires.

Pour solliciter une admission en résidence universitaire, il faut constituer un Dossier social étudiant (DSE). Pour les étudiants de l'académie de Rennes, vous devez effectuer votre demande sur le site **https://dse.orion.education.fr/depot** (dépôt du dossier entre le 15 janvier et le 30 avril).

Contact

CLOUS de Brest - 2, avenue Le Gorgeu
02 98 03 38 78 - **www.crous-rennes.fr**
Du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h30.

Offres de particuliers

- **Service du CLOUS**

Le CLOUS tient à la disposition des étudiants ou futurs étudiants, un fichier de chambres et d'appartements vides ou meublés proposés par des particuliers. La consultation des offres s'effectue sur place ou par Internet : **www.crous-rennes.fr** *(rubrique Nos offres > Logement chez un particulier)*.

- **Service de la SMEBA**

La SMEBA dispose d'un service logement qui recueille des offres auprès des propriétaires. Ce service est gratuit pour les adhérents et ouvert à partir de fin juin jusqu'à fin septembre.

Les offres des logeurs sont toutes consultables sur place :

SMEBA de Brest
32, rue du Professeur Langevin - Brest - 02 98 47 87 87
Courriel : brest@smeba.cimut.fr

Les résidences privées

Elles proposent des studios meublés, des T1 et des appartements partagés. La colocation est envisageable dans ce type de résidences.

- **ARPEJ à Brest et Plouzané - www.univercity.fr**
  - 3 résidences à Brest : quartier centre-ville, Saint-Luc et Recouvrance - 02 98 43 69 72
  - 1 résidence à Plouzané (Technopôle) - 02 98 31 46 50

- **Appart'City Campus à Brest - www.appartcitycampus.com**
  81, rue Robert Doisneau - 02 98 46 36 06
  Appartements meublés : 81 T1 et 1 T2 disponibles à partir de 2 nuits, pour le week-end, à la semaine ou au mois. Location de 2 mois minimum pour les étudiants.

- **Les résidences du groupe Saint Mathieu**
  3 résidences à Brest : Saint-Luc et 2 en centre-ville.
  02 98 34 11 50
  www.groupesaintmathieu.com

BON À SAVOIR : Pour assurer votre logement, vous pouvez demander une extension du contrat multirisque habitation de vos parents, bien moins coûteux que votre souscription à un nouveau contrat.

LA RESTAURATION UNIVERSITAIRE

Le CLOUS gère sur le campus brestois 4 restaurants universitaires (RU) et 4 cafétérias. À titre d'exemple, le prix d'un ticket-repas en restauration universitaire était de 2,90 € pour l'année 2009/2010.

Contact

CLOUS de Brest - 2, avenue Le Gorgeu - 02 98 03 38 78
Pour connaître la liste des restaurants universitaires et leur localisation : **www.crous-rennes.fr** (rubrique Restauration).

BON À SAVOIR : Pendant la période scolaire, seul le RU de Kergoat est ouvert le soir de 18h30 à 20h. Aucun service de restauration n'est assuré le week-end et les jours fériés.

LA SANTÉ

Assurance maladie et complémentaire santé

• La Sécurité sociale étudiante

Si vous avez entre 16 et 20 ans, votre affiliation à la Sécurité sociale étudiante est obligatoire et gratuite. Entre 20 et 28 ans, votre affiliation à la Sécurité sociale étudiante est obligatoire et payante, sauf si vous êtes boursier. Dans ce cas, vous êtes exonéré du paiement de la cotisation.

Attention ! Selon la profession qu'exercent vos parents, votre affiliation à la Sécurité sociale étudiante n'est pas obligatoire.

• Quand et comment vous affilier à la Sécurité sociale étudiante ?

Vous devez vous affilier à la Sécurité sociale étudiante au moment de votre inscription administrative dans une université ou un établissement d'enseignement supérieur. Il vous suffit de cocher la case : SMEBA ou LMDE. *(Source : www.ameli.fr)*

Contacts

• LMDE
6, place de la Liberté - Brest
Tél. 32 60, dites "LMDE" (Serveur vocal ouvert 24h/24 et 0,15 €/min.)
www.lmde.com

• SMEBA
32, rue du Professeur Langevin - Brest
02 98 47 87 87
www.smeba.fr

• La complémentaire santé
Deux mutuelles à Brest s'adressent spécifiquement aux étudiants : la LMDE et la SMEBA (cf. coordonnées ci-dessus). Vous pouvez cependant souscrire votre complémentaire santé auprès d'un organisme mutualiste ou d'assurance de votre choix.

BON À SAVOIR : Si votre activité salariale est continue et régulière tout au long de l'année universitaire, c'est-à-dire du 1er octobre au 30 septembre de l'année suivante, et si vous travaillez au moins 60 heures par mois ou 120 heures par trimestre : vous dépendez du régime général de la Sécurité sociale, ou régime des salariés. Vous êtes alors dispensé de l'affiliation et du paiement de la cotisation à la Sécurité sociale étudiante. Si votre activité salariale est saisonnière (vous travaillez par exemple durant les vacances) ou si elle s'interrompt en cours d'année universitaire : quel que soit le nombre d'heures de travail que vous avez effectuées, votre affiliation à la Sécurité sociale étudiante est obligatoire et vous devrez payer la cotisation. (Source : www.ameli.fr)

Le Service universitaire de médecine préventive et le centre de santé (SUMPPS)

Ce service est ouvert aux étudiants inscrits à l'UBO et dans les écoles ayant établi une convention : ESAB, ESC, ENIB, IFSI Croix-Rouge, IFSI CHU, Ensieta. L'équipe vous accueille pour les visites médicales, les soins infirmiers, les vaccinations... Pour les consultations spécialisées, vous pouvez rencontrer sur rendez-vous des psychologues et psychiatres, ainsi qu'un gynécologue. Depuis septembre 2009, le centre de santé propose de consulter un médecin généraliste du lundi au vendredi. Munissez-vous de votre carte Vitale, de votre attestation mutuelle et de votre carte d'étudiant.

Contact

SUMPPS - 13, rue de Lanrédec - Brest - 02 98 01 82 88
www.univ-brest.fr/sumpps-centredesante
Du lundi au vendredi : 8h30-16h30.

NOUVEAU : tous les 1ers mardis du mois, de 14h à 16h : information et dépistage des IST par le Centre de dépistage anonyme et gratuit (CDAG).

LE SERVICE UNIVERSITAIRE D'ACCUEIL, D'ORIENTATION ET D'INSERTION PROFESSIONNELLE (SUAOIP)

Le SUAOIP a pour mission d'informer les jeunes sur l'enseignement supérieur et ses débouchés. Son rôle est également d'aider les étudiants à élaborer leurs projets d'études et à préparer leur entrée dans la vie active.

• Information et orientation

Le SUAOIP met à la disposition des étudiants un important fonds documentaire en accès libre. Des ordinateurs en accès libre permettent d'effectuer des recherches sur Internet ou par le biais de logiciels d'information spécialisés sur les métiers et les formations, les études à l'étranger, la recherche d'emploi ou de stage.

• Accompagnement

- ***Les ateliers du jeudi*** : Ces ateliers développent les thèmes de l'orientation et de l'insertion professionnelle en proposant un bilan personnel, l'étude du CV et de la lettre de motivation, une préparation aux entretiens de recrutement pour un emploi, un stage ou une formation sélective. Inscription obligatoire.

- ***Plateforme université-emploi*** : Un accompagnement personnalisé est proposé aux jeunes diplômés de l'UBO dans le cadre de la recherche d'un premier emploi. Plusieurs axes de travail sont abordés : le bilan personnel, la définition du projet professionnel, les méthodes pour optimiser sa candidature, etc.

Contact : **SUAOIP** - 20, avenue Le Gorgeu - Bâtiment C - Brest
02 98 01 63 17 - **www.univ-brest.fr/suaoip**

BON À SAVOIR : Le SUAOIP met en place des sessions d'informations et d'orientation destinées aux étudiants de première ou deuxième année de licence qui souhaitent arrêter ou qui ont arrêté en cours d'année leurs études. Ces rencontres s'organisent autour d'un bilan individuel, d'un stage en entreprise, de l'exploration des milieux professionnels, etc.

Bourses et aides financières

Les bourses de l'enseignement supérieur

Pour solliciter l'attribution d'une bourse de l'enseignement supérieur et/ou d'un logement en résidence universitaire, il vous faut constituer un Dossier social étudiant (DSE). Vous devez saisir votre DSE par Internet, auprès du CROUS de l'académie où vous étudiez. Le CROUS est votre interlocuteur durant l'instruction de votre dossier, même si vous souhaitez étudier dans une autre académie.

Pour les étudiants de l'académie de Rennes, vous devez effectuer votre demande sur le site **https://dse.orion.education.fr/depot/** entre le 15 janvier et le 30 avril. Avant d'effectuer votre demande de bourse, vous pouvez faire une simulation. L'échelon zéro vous permet une exonération des frais d'inscription dans les établissements publics et du paiement de la cotisation à la Sécurité sociale étudiante.

Contact : **CROUS de Rennes** - 7, place Hoche
02 99 84 31 31 - **www.crous-rennes.fr**

*BON À SAVOIR : Il existe d'autres bourses (bourse au mérite, de mobilité, allocations de recherche, etc.) qui peuvent vous être attribuées sous certaines conditions. Renseignez-vous sur : **www.servicepublic.fr** (Accueil > Formation - Travail > Études supérieures > Financement des études supérieures : bourses, aides et prêts)*

Pour les formations ne relevant pas de l'Éducation nationale

Renseignez-vous directement auprès de la direction régionale ou départementale des ministères concernés. Pour les formations aux métiers du sanitaire et du social, des bourses d'études sont allouées par la Région Bretagne. Renseignez-vous auprès de l'établissement qui dispense la formation et sur le site du Conseil régional de Bretagne **www.bretagne.fr** (Rubrique Formation).

BON À SAVOIR : Pour les écoles privées hors contrat, aucune aide ni subventions ne sont attribuées aux étudiants par l'État.

Prêts d'honneur

Le Conseil général du Finistère accorde des prêts sous conditions. Le prêt d'honneur est à taux zéro et s'élève à 1530 € au maximum. Les bénéficiaires sont les étudiants majeurs effectuant leur année universitaire en France et dont les parents résident dans le Finistère.

Pour retirer vos dossiers et bénéficier d'informations complémentaires :

Conseil général du Finistère, Direction de l'enseignement, de la culture, du sport et de la jeunesse
32, boulevard Dupleix - 29000 Quimper
02 98 76 20 82 - **www.cg29.fr**

Le service social

Deux assistantes sociales reçoivent, dans le respect du secret professionnel, les étudiants qui souhaitent obtenir :

- Des renseignements sur les possibilités de financement des études et aides diverses.
- Une assistance pour l'instruction des dossiers d'aides financières.
- Un soutien pour des difficultés personnelles (rupture familiale, problèmes dans vos études...).
- Des informations sur la législation spécifique étudiante.

Si vous êtes inscrits en : Lettres et Sciences Humaines, Médecine, Odontologie, Sages-Femmes, IUT, IUP, STAPS, ESMISAB, IPAG, ENIB, ESAB, ESC, IFSI Croix-Rouge,

Vous pouvez contacter :
L'assistance sociale du SUMPPS
13 rue de Lanrédec - 02 98 01 82 88

Pour tous les autres étudiants, vous devez contacter :
L'assistante sociale au CLOUS
2 avenue le Gorgeu - 02 98 03 86 25
(Source : www.univ-brest.fr)

Atelier Jeunes de la Maison du Théâtre / Photographie : Maison du Théâtre

Travailler pour financer ses études

Les étudiants qui cherchent à concilier leurs études avec un job d'appoint sont de plus en plus nombreux. Si vous êtes un étudiant boursier et que vous travaillez, vous continuez à percevoir votre bourse d'étude à condition de manifester une assiduité en cours et aux examens. Où trouver les offres d'emploi et comment s'y prendre pour décrocher un job ? Deux lieux ressources à Brest.

Le CLOUS

Les offres de jobs étudiants sont à consulter sur place : les postes proposés y sont variés (garde d'enfants, soutien scolaire, etc.).

Contact : CLOUS de Brest - 2, avenue Le Gorgeu
Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h30.

Le Bij

Vous y trouverez toutes les informations concernant les jobs, les démarches à suivre, les secteurs qui recrutent des étudiants. Consultez également les offres dans nos locaux ou sur **www.bij-brest.org**

Contact : Bij - 4, rue Augustin Morvan - Brest - 02 98 43 01 08

Représentation et participation à la vie étudiante

Représentation au sein des organes universitaires

Étudiant, vous pouvez participer à la vie de votre université. L'Université de Bretagne Occidentale est constituée de plusieurs UFR. Au sein de chaque UFR, des étudiants sont élus. Les étudiants possèdent également des représentants au sein des Conseils centraux de l'UBO : Conseil d'administration, Conseil des études et de la vie universitaire, Conseil scientifique. Pour les étudiants des filières hors université, contactez le service scolarité de votre établissement de formation pour connaître vos modalités de représentation.

Participation étudiante au sein des œuvres universitaires : « Les étudiants élus participent activement au fonctionnement démocratique des œuvres universitaires à tous les niveaux : conseils d'administration du CNOUS et des CROUS, conseils de résidence, différentes commissions et groupes de travail. » (*Source : www.cnous.fr/_cnous_13.htm)*

Participation

Les organisations étudiantes sont constituées par les syndicats et les associations des étudiants.

• Les syndicats étudiants

- Union nationale des étudiants de France (UNEF)
  www.unef.fr et unef-brest.blogspot.com
  Correspondant local : 02 98 01 68 21 - unef.brest@gmail.com
- Confédération étudiante (Cé)
  www.confederation-etudiante.org
  Correspondant local : 06 12 15 42 06 - brest@confederation-etudiante.org
- Fédération SUD étudiant
  www.sud-etudiant.org et sudetudiantbrest.canalblog.com
  Correspondant local : 02 98 01 68 22 - sudetudiant-brest@gmail.fr
- Union nationale inter-universitaire (UNI) - **www.uni.asso.fr**
  Correspondant local : 06 70 53 35 99 - brest@uni.asso.fr

• L'association étudiante représentative

La Fédé B (Fédération des associations étudiantes de Bretagne occidentale) est membre de la FAGE, le réseau des associations étudiantes. Elle bénéficie à ce titre d'une reconnaissance institutionnelle et représentative. La Fédé B siège aux différents conseils de l'université.

Contact : Fédé B - 6, avenue Le Gorgeu - Brest
02 98 01 29 36 - contact@fedeb.net - **www.fedeb.net**

• Les associations étudiantes

Pour accéder à la liste des associations étudiantes, connectez-vous sur le site de l'UBO : **www.univ-brest.fr** (Vie du campus > Associations étudiantes). Pour trouver les coordonnées et informations sur les associations étudiantes des écoles d'enseignement supérieur, il faut vous rendre sur le site Internet de ces écoles.

Sports et loisirs à la fac

Le sport

Le Service universitaire des activités physiques, sportives et de plein air (SUAPS) propose un ensemble de cours qui s'adresse à tous les étudiants de l'UBO ayant payé leurs cotisations sport au moment de leur inscription. Pour connaître la liste des sports pratiqués à l'UBO et le calendrier des activités, consultez le site : **www.univ-brest.fr** (La vie du campus > Sport).

Contact : SUAPS - 4, rue du Bouguen - Brest - 02 98 01 64 16

Les loisirs

Le service culturel de l'UBO développe des activités artistiques sous forme de stages, d'ateliers, de spectacles, de concerts et d'expositions pour rendre les étudiants acteurs de la vie culturelle.

Contact : Service culturel de l'UBO

2 bis, avenue le Gorgeu - Brest - 02 98 01 63 67
Horaires d'ouverture : de 9h à 17h sans interruption.
www.univ-brest.fr (La vie du campus > Art et culture)

BON À SAVOIR : Le service culturel de l'UBO vous propose tout au long de l'année des billets à tarif préférentiel (8 €) pour certains spectacles du Quartz. Renseignez-vous auprès du service culturel pour connaître la programmation et réserver vos places.

ePaL
ASSOCIATION

S'investir auprès de personnes en situation de handicap ?

www.epal.asso.fr
Rubrique Sémaphores
ou Tourisme adapté

11 rue d'Ouessant
et 8 rue Brizeux - BREST

Toute l'année
Accompagner des adultes en situation de handicap durant leurs loisirs (les Sémaphores), c'est possible à BREST. Rejoignez l'équipe de bénévoles et participez à la vie des Sémaphores de Brest ou Lesneven à vos moments libres, à votre rythme selon vos disponibilités.

Durant les vacances
Devenir **responsable** ou **animateur de séjour** de vacances auprès de personnes en situation de handicap, adultes ou enfants (formation spécifique assurée)

Notre engagement
Vous simplifier la recherche d'emploi

www.pole-emploi.fr

Retrouvez sur www.pole-emploi.fr
- les offres d'emploi, de stage ou d'alternance
- des conseils pour votre recherche d'emploi
- toutes les informations et démarches d'inscription

pôle emploi

Vous êtes demandeur d'emploi

VOS DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

LES INTERLOCUTEURS
POUR LA RECHERCHE D'UN EMPLOI

ENTREPRENDRE UNE FORMATION

VOUS RENCONTREZ
DES DIFFICULTÉS FINANCIÈRES

ASSURANCE MALADIE

Vous êtes demandeur d'emploi

Fête des fanfares, Brest

Vos démarches administratives

Pôle emploi

Le Pôle emploi a pour mission d'accompagner tous les demandeurs d'emploi dans leur recherche jusqu'au placement, d'assurer le versement des allocations aux demandeurs indemnisés, d'aider les entreprises dans leurs recrutements. Un numéro de téléphone unique est disponible pour toute information sur la recherche d'emploi et l'indemnisation : le 39 49.

www.pole-emploi.fr : sur ce site vous pourrez à la fois effectuer votre inscription ou réinscription en tant que demandeur d'emploi ainsi que consulter des offres d'emploi.

Contact

- **Pôle emploi Brest Kergaradec**
  1, avenue du Baron Lacrosse - ZAC de Kergaradec
- **Pôle emploi Brest centre** - 1, rue de l'Observatoire
- **Pôle emploi Brest Jaurès** - 257, rue Jean Jaurès
- **Pôle emploi Brest ouest** - 530, avenue de Tallinn

Horaires d'ouverture : lundi, mardi, mercredi de 8h30 à 16h30, le jeudi de 8h30 à 12h30 et le vendredi de 8h30 à 15h30.

Les interlocuteurs pour la recherche d'un emploi

La Mission locale du pays de Brest (pour les 16-25 ans)

Elle accueille les jeunes sortis du système scolaire ou universitaire qui sont à la recherche d'un emploi. Un conseiller les accompagne sur leur recherche d'emploi (organisation des démarches, aides techniques : CV, lettre de motivation, mises en relation avec des offres...). Pour connaître l'adresse de la Mission locale la plus proche de chez vous, contactez :

- **Mission locale du pays de Brest (siège administratif)**
  15 bis, rue Fautras - Brest
  02 98 43 51 00 - mlpb@wanadoo.fr
- **Antenne Brest-Centre**
  15 bis, rue Fautras - Brest
  02 98 43 51 15 - mlpb@wanadoo.fr
- **Antenne Brest-Bellevue**
  Centre Commercial B2 - Place Napoléon III - Brest
  02 98 47 25 53 - acc-bv@mlpb.org
- **Antenne Brest-Rive droite**
  14, rue Alsace Lorraine - Brest
  02 98 49 70 85 - acc-rd@mlpb.org
- **Antenne Brest-Europe**
  31, rue Saint-Jacques - Brest
  02 98 41 06 90 - acc-vn@mlpb.org

Pôle emploi

Un conseiller personnel accompagne chaque demandeur d'emploi, de l'indemnisation à l'aide au retour à l'emploi. Au delà des offres proposées, les demandeurs d'emploi sont informés et orientés sur les actions de formation, les mesures d'aide à l'embauche et les aides à la mobilité et à la reprise d'emploi.

Pour obtenir les adresses des agences, consultez la page 38.

L'Association pour l'emploi des cadres (APEC)

Vous avez un bac + 4 et vous recherchez un emploi, vous pouvez vous adresser à l'APEC. Celle-ci accueille et informe les cadres et les jeunes diplômés sur la recherche d'emploi et l'évolution professionnelle. Sur le site **www.apec.fr**, vous trouverez des offres d'emplois, de stages et vous pourrez déposer votre CV en ligne.

Contact

APEC - Le Fromveur - 5, rue de l'Élorn - Brest - 0 810 805 805
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

L'Association pour l'emploi des cadres, ingénieurs et techniciens de l'agriculture et de l'agroalimentaire (APECITA)

Si vous avez suivi une formation ou que vous pouvez justifier d'une expérience professionnelle dans le secteur agricole, de l'agro-alimentaire ou de l'environnement et que vous êtes justement à la recherche d'un emploi dans ce secteur, l'APECITA est faite pour vous. Ce service se situe à Rennes. Des permanences ont lieu à la Chambre d'agriculture de Quimper - service formation - 02 98 52 49 32 (pour prendre rendez-vous).
Plus d'infos sur : www.apecita.com

Les agences d'intérim

Vous trouverez les coordonnées et les secteurs d'activités des agences d'intérim en consultant les pages jaunes de l'annuaire sur **www.pagesjaunes.fr** (Rechercher « Intérim » sur Brest).

Entreprendre une formation

Pour connaître tous les dispositifs de formation en Bretagne, vous pouvez consulter : www.seformerenbretagne.fr

Vous trouverez ci-dessous les structures qui pourront vous accompagner dans votre projet de formation.

Mission générale d'insertion (MGI) et la Mission d'insertion des jeunes de l'enseignement catholique (MIJEC)

La Mission générale d'insertion (MGI) de l'Éducation nationale et la Mission d'insertion des jeunes de l'enseignement catholique (MIJEC) s'adressent aux jeunes de plus de 16 ans qui risquent d'arrêter leurs études ou qui sont sortis depuis moins d'un an du système scolaire sans possibilité immédiate de poursuite d'études ou d'insertion professionnelle.

La MGI et la MIJEC accompagnent ces jeunes dans la recherche de solutions de formations et d'insertion sociale et professionnelle. Elle leur facilite l'accès à la formation professionnelle et à la qualification par des parcours de formation individualisés en alternance. Si vous étiez scolarisé dans l'enseignement public, prenez contact avec :

- **Point-accueil de la MGI à Brest**

  La MGI aide les jeunes soit à re-préparer un examen soit à préparer l'accès à une formation professionnelle et à la qualification. Les prises en charge peuvent alors être individuelles ou dans des groupes de formation en alternance.

  Lycée Vauban bât. N400 - Rue de Kérichen - 02 98 03 64 64

Si vous étiez scolarisé dans l'enseignement privé, prenez contact avec :

- **La MIJEC**

  15, place Sanquer - Brest - 02 98 33 75 70

La Mission locale

- **Si vous avez entre 16 et 25 ans** : adressez-vous directement à la Mission locale. Il existe des antennes réparties sur tout le pays de Brest. Pour connaître l'antenne la plus proche de chez vous, prenez contact avec :

  Mission locale du pays de Brest (siège administratif)
  15 bis, rue Fautras - 02 98 43 51 00
  Voir les adresses page 39.

Un conseiller vous accueille individuellement pour analyser vos besoins en matière de formation professionnelle et d'emploi. Votre conseiller référent vous suivra tout au long de votre parcours professionnel à la fois sur une prescription de formation, sur des financements de formation jusqu'à votre recherche d'emploi.

De plus, vous pourrez être conseillé et accompagné sur toutes les questions relatives à la vie quotidienne : santé, logement, activités de loisirs et de vacances, aides financières et aides au permis de conduire, etc.

Le Pôle emploi

- **Si vous avez 26 ans** : contactez votre conseiller Pôle emploi.
- **Si vous êtes déjà inscrit comme demandeur d'emploi,** il faut vous adresser au Pôle emploi pour valider d'une part, votre projet professionnel et d'autre part, le projet de formation correspondant. Un conseiller vous informera sur les possibilités de financement et de rémunération de votre formation. Les financements varient selon le besoin : formation courte et complémentaire ou longue et qualifiante. **Plus d'infos sur : www.pole-emploi.fr**
  Voir les adresses page 38.

Cours de sculpture, ESAB

Vous rencontrez des difficultés financières

Si vous rencontrez des difficultés financières et/ou de logement, prenez contact avec un conseiller de la Mission locale du pays de Brest ou une assistante sociale du Centre départemental d'action sociale (CDAS) le plus proche de chez vous.

Un accompagnement vous sera proposé par un(e) assistant(e) social(e) du CDAS si vous êtes demandeur d'emploi et si :

- vous avez plus de 26 ans
- vous êtes mineur ou majeur avec un enfant à charge
- vous avez moins de 21 ans

Contacts

- **CDAS Saint-Marc**
  58, rue Saint Marc - Brest - 02 98 42 64 40
- **CDAS Rive Droite**
  25, rue Anatole France - Brest - 02 98 45 16 54
- **CDAS Bellevue**
  Le Grand Pavois - 13, place Napoléon III - Brest - 02 98 47 08 09
- **CDAS Lambézellec**
  Place de Bretagne - Brest - 02 98 03 39 52

Les CDAS sont ouverts du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.

Si vous êtes suivi(e) par un conseiller de la Mission locale dans le cadre de votre projet d'insertion et que vous rencontrez des difficultés financières et/ou de logement, de mobilité, votre conseiller pourra mobiliser certaines aides financières (appui si nécessaire avec une assistante sociale). Pour connaître l'antenne la plus proche de chez vous, prenez contact avec :

- **Mission locale du pays de Brest (siège administratif)**
  15 bis, rue Fautras - 02 98 43 51 00
  Pour obtenir les coordonnées des autres antennes, consultez le paragraphe « Les interlocuteurs pour la recherche d'un emploi ».

Assurance maladie

Pour l'assurance maladie, vous obtiendrez les informations sur **www.ameli.fr** ou auprès de la Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM) :

- **CPAM :** Rue de Savoie ou square Marc Sangnier - Brest
  Tél. 36 46 (prix d'un appel local depuis un poste fixe)

Vous avez terminé ou vous arrêtez vos études

Vous bénéficiez du maintien de vos droits au remboursement de vos soins pendant 1 an à compter de la fin de votre dernière année universitaire. Dès le 1er octobre de l'année en cours, c'est, en principe, la caisse d'assurance maladie de votre lieu de résidence qui assurera la gestion de votre dossier et le remboursement de vos soins. Vous devez la contacter afin d'effectuer auprès d'elle les démarches nécessaires en vue du transfert de votre dossier. Votre mutuelle étudiante peut éventuellement, à titre dérogatoire, continuer à assurer le remboursement de vos soins pour la période allant du 1er octobre au 31 décembre de l'année en cours, en raison notamment d'une incertitude quant à votre situation, tant sur le plan des études que professionnel.

Vous avez perdu votre emploi et vous ne percevez pas d'indemnisation chômage

Vous bénéficiez pendant 1 an, à compter de la date de rupture de votre contrat de travail, du maintien de vos droits.

Vous avez perdu votre emploi et vous percevez une indemnisation chômage

Pendant toute la durée de versement de votre allocation chômage, vous continuez à bénéficier des prestations auxquelles vous aviez droit avant la rupture de votre contrat de travail. À compter de la date de cessation du versement de votre allocation chômage, vous bénéficiez pendant 1 an du maintien de vos droits.

Dans les trois cas cités : à l'issue de cette période de maintien de droits d'un an et en l'absence d'une protection sociale à quelque titre que ce soit (activité salariée, ayant droit), vous pourrez bénéficier de la couverture maladie universelle (CMU) de base.

La complémentaire santé

La souscription d'une complémentaire santé n'est pas obligatoire mais fortement conseillée car elle permet de rembourser la part non prise en charge par l'assurance maladie. Les mutuelles ou les assurances proposent des complémentaires santé, à vous de choisir en fonction de vos besoins et en comparant les garanties (prise en charge des soins dentaires, lunettes, etc. : de manière générale, les dépenses de santé qui coûtent chères).

La couverture maladie universelle (CMU) de base et complémentaire

• La CMU de base

Elle permet à toute personne résidant en France de façon stable et régulière (depuis au moins 3 mois) et qui n'est pas déjà couverte à quelque titre que ce soit par un régime obligatoire d'assurance maladie, de bénéficier de la Sécurité sociale. La CMU de base vous ouvre droit aux remboursements de vos soins et médicaments aux taux habituels appliqués aux autres assurés sociaux. *(Source : www. ameli.fr)*

• La CMU complémentaire

La CMU complémentaire permet de bénéficier d'une prise en charge à 100 % des dépenses de santé, sans avoir à avancer les frais. Elle possède tous les avantages d'une protection complémentaire avec en plus, la gratuité et la dispense d'avance de frais chez tous les professionnels de santé pour vos soins remboursables. Pour en bénéficier, vous devez habiter en France depuis plus de trois mois, être en situation régulière, et le revenu mensuel de votre foyer ne doit pas dépasser un certain montant. Le plafond de ressources varie selon la composition du foyer du demandeur.

Domino's Pizza®
ÉTUDIANTS ONLY![1]
OFFRES SPÉCIALES
A emporter 7/7
1 pizza achetée = 1 pizza OFFERTE
+1€ 1,5L de Coca-Cola
*OFFRE NON CUMULABLE (+1,60€ par Pâte Pan ; sauf Margherita), pour l'achat d'une pizza de prix égal ou supérieur commandée et emportée en même temps.
code ET1
A emporter Le Jeudi
7€,99
Toutes les pizzas ! Toutes les tailles !
*OFFRE NON CUMULABLE (+1,60€ par Pâte Pan), pour l'achat d'une pizza commandée et emportée en même temps.
code ET4
En livraison 7/7
9€,99
Votre pizza 2 pers.
*OFFRE NON CUMULABLE (Pâte Pan +1,60€).
code ET2
En livraison 7/7
1 pizza achetée = La 2ème à 3€
*OFFRE NON CUMULABLE (+1,60€ par Pâte Pan ; sauf Margherita), pour l'achat d'une pizza commandée et livrée en même temps.
code ET3
[1] Seulement.
Brest rive droite
Place de la Porte - Recouvrance
02 98 49 11 11
39 59
Brest rive gauche
Place Albert 1er
02 98 46 28 46
Offres non cumulables, valables sur présentation de la carte étudiante 2010-2011
Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. www.mangerbouger.fr

Vous êtes salarié

6

S'INFORMER ET DÉFENDRE SES DROITS

SE FORMER TOUT AU LONG DE LA VIE

LA SANTÉ

Vous êtes salarié

Régie son, festival les pétarades 2010 à l'UBO

S'informer et défendre ses droits

L'inspection du Travail : un service à connaître

Elle assure entre autres les missions d'information, de conseil ou de conciliation auprès des employeurs, des salariés et des représentants du personnel sur leurs droits et obligations.

Contact

- **Inspection du Travail (antenne de Brest)**
  1, rue des Néréïdes - Brest
  0 810 290 009 - Permanence téléphonique du lundi au vendredi (sauf jeudi matin) : 8h30-11h45 et 13h30-16h30.
  02 98 41 82 55 (standard pour prendre un rendez-vous)

Les sites Internet

www.service-public.fr
(rubrique Formation, Travail)

www.travail-solidarite.gouv.fr
(Travail - Fiches pratiques du droit du travail)

Liste des syndicats de salariés

Le but de ces syndicats est de défendre les droits et intérêts professionnels des salariés.

Contacts à Brest

- **CFDT**
  9, rue de l'Observatoire - 02 98 33 29 29 - **www.cfdt.fr**
- **CFTC**
  3, rue de l'Observatoire - 02 98 44 18 57 - **www.cftc.fr**
- **CFE-CGC**
  3, rue de l'Observatoire - 02 98 43 04 20 - **www.cfecgc.org**
- **CGT**
  2, place Edouard Mazé - 02 98 44 37 55 - **www.cgt.fr**
- **Force Ouvrière**
  5, rue de l'observatoire - 02 98 44 15 67 - **www.force-ouvriere.fr**
- **Solidaires-Sud**
  5, rue de Amiral Nielly - 02 98 33 14 10 - **www.solidaires.org**

Se former tout au long de la vie

Actuellement la loi propose à tous les salariés des outils de formation tels que le Droit individuel de formation (DIF), le Congé individuel de formation (CIF), le plan de formation de l'entreprise et la Validation des acquis de l'expérience (VAE).

Pour plus d'infos : **www.seformerenbretagne.fr**
Ce site recense toutes les aides et les dispositifs de formation en Bretagne.

BON À SAVOIR : Pendant la durée de la formation, le contrat de travail n'est pas rompu mais suspendu.

Vous souhaitez compléter votre formation, être accompagné dans l'évolution de votre projet professionnel, le Fongécif accompagne dans leurs démarches les salariés relevant d'entreprises privées de l'industrie, du commerce et des services, disposant d'un établissement implanté en Bretagne.

Pour les autres secteurs, consultez **www.fongecif-bretagne.org** *(rubrique Secteurs concernés afin d'obtenir les coordonnées de l'organisme de référence).*

Contacts

- **Fongecif Bretagne**
  Le Fromveur - 45, rue de l'Elorn - Brest
  0 810 10 70 20 (prix d'une communication locale)

La santé

L'assurance maladie

Vous relevez du régime général d'assurance maladie pour votre protection sociale, sous réserve de justifier d'un nombre minimum d'heures de travail ou d'un certain montant de cotisations sur une période donnée. Votre interlocuteur est la caisse d'assurance maladie de votre lieu de résidence.

Pour en savoir plus

Contactez la CPAM ou consultez le site **www.ameli.fr**
(Vous êtes assurés > Droits et démarches > Vous travaillez).

Contact

CPAM - Rue de Savoie ou square Marc Sangnier - Brest
Tél. 36 46 (Prix d'un appel local depuis un poste fixe)

La complémentaire santé

La souscription à une complémentaire santé n'est pas obligatoire mais fortement conseillée car elle permet de rembourser la part non prise en charge par l'assurance maladie. Les mutuelles ou les assurances proposent des complémentaires santé, à vous de choisir en fonction de vos besoins et en comparant les garanties (prise en charge des soins dentaires, lunettes, et de manière générale, les dépenses de santé qui coûtent chères).

La CMU complémentaire

La couverture maladie universelle (CMU) complémentaire permet à toute personne, résidant régulièrement en France et de façon ininterrompue depuis plus de trois mois, de bénéficier d'une protection complémentaire gratuite et renouvelable. La CMU complémentaire permet de bénéficier d'une prise en charge à 100 % de ses dépenses de santé, sans avoir à faire l'avance de frais.

Pour plus d'informations

www.ameli.fr *(Vous êtes assurés > Soins et remboursements > C.M.U. et complémentaires santé)*

Contact

CPAM - Rue de Savoie ou square Marc Sangnier - Brest
Tél. 36 46 (Prix d'un appel local depuis un poste fixe)

BON À SAVOIR : Si votre activité salariale est continue et régulière tout au long de l'année universitaire, c'est-à-dire du 1er octobre au 30 septembre de l'année suivante, et si vous travaillez au moins 60 heures par mois ou 120 heures par trimestre : vous dépendez du régime général de la Sécurité sociale, ou régime des salariés. Vous êtes alors dispensé de l'affiliation et du paiement de la cotisation à la Sécurité sociale étudiante. Si votre activité salariale est saisonnière (vous travaillez par exemple durant les vacances) ou si elle s'interrompt en cours d'année universitaire : quel que soit le nombre d'heures de travail que vous avez effectuées, votre affiliation à la Sécurité sociale étudiante est obligatoire et vous devrez payer la cotisation. (Source : www.ameli.fr)

Stage national organisé par La Maison du Théâtre
Direction artistique : Théâtre du Grain (Brest) / Photo : Sébastien Durand

GROUPE SNI
SNI
Grand-Ouest

Profitez de nos locations à prix exceptionnels !
La garantie d'un service de professionnels reconnus

Votre agence
12, rue Michelet
BREST

0€ frais d'agence
frais de dossier !
Et possibilité de colocation

Pour tous renseignements, contactez le 02 98 03 90 28
www.sni.fr

Société Anonyme d'économie mixte à directoire de surveillance au capital de 481 449 600 euros - RCS Paris 470801168B
Siège Social : 100 -104, avenue de France - 75446 Paris cedex 13

Vous avez entre 18 et 30 ans, salarié, stagiaire, en recherche d'emploi ou étudiant
Vous recherchez un logement sur BREST,
Pensez aux Foyers de Jeunes Travailleurs !

Trois résidences sociales - Foyers de Jeunes Travailleurs
- Kérélie : 30 rue de Kérélie et son annexe du 138 rue Robespierre (Lambézellec)
Tél . 02 98 03 32 11 - kerelie@amitiés-armor.asso.fr
- Ker Digemer : 4 rue de Quercy (Bellevue)
Tél. 02 98 03 15 80 - kerdigemer@amitiés-armor.asso.fr
- Ker Héol : rue de Ker Héol (Quartier de l'Europe)
Tél. 02 98 02 29 67 - kerheol@amitiés-armor.asso.fr

- 169 studios ouvrant droit à l'aide au logement
-de la chambre meublée au T2 avec connexion internet

Ensemble dans la différence

www.amitiés-armor.asso.fr - Tél : 08 00 11 26 72 (numéro vert)

afta m

Seul ou à plusieurs, de quelques jours à quelques mois ou plus…

UN HÉBERGEMENT à BREST

1, rue de Madagascar • 29200 BREST • 02 98 43 17 99 • Fax 02 98 43 30 79

Conception : Agence BERGAME - 02 98 46 05 17

Se loger 7

RECHERCHER UN LOGEMENT : S'INFORMER

LOCATION : LES PISTES À EXPLORER

LOGEMENT DE COURTE DURÉE

HÉBERGEMENT D'URGENCE

AIDES FINANCIÈRES POUR LE LOGEMENT

Se loger

Concert du groupe Whims à la Carène, Brest

Rechercher un logement : s'informer

Une bonne connaissance de vos droits et devoirs vous permet d'éviter bien des pièges.

L'Agence départementale pour l'information sur le logement (ADIL) vous informe sur toutes les questions relatives au logement (le bail, l'état des lieux, le dépôt de garantie, etc.) et vous propose gratuitement une information juridique.

Vous pouvez également contacter les associations de défense du consommateur pour obtenir des informations sur les relations entre bailleur et locataire, les droits et obligations de chacun.

Plus d'infos : **www.adil.org/29** *(rubrique Nos fiches pratiques > Les fiches adresses utiles > Associations d'usagers et de consommateurs du Finistère)*.

Nouveau : le numéro vert « SOS loyers impayés » accessible au 0805 160 075.

Afin de mieux prévenir les expulsions liées aux situations d'impayés, l'Agence nationale pour l'information sur le logement (Anil) propose un numéro unique gratuit pour les propriétaires et les locataires.

Contact

ADIL du Finistère - 14, boulevard Gambetta - Brest
02 98 46 37 38 - **www.adil.org/29**
Tous les jours de 13h30 à 17h30.

Le Bureau information jeunesse (Bij)

Le Bij vous propose des dossiers thématiques sur la recherche de logement, les aides financières, le logement de courte durée, les droits et obligations du locataire et du propriétaire ainsi que des offres de particuliers. Chaque année à la fin du mois de juin, le Bij met en place un espace logement. Vous y trouverez des offres, des plans de la ville mais aussi des fiches pratiques : prévoir son budget, la colocation, etc.

Consultez également **www.ij-bretagne.com/logement/**
(Site logement de l'Information jeunesses Bretagne).

Contact : **Bij** - 4, rue Augustin Morvan - Brest
02 98 43 01 08 - **www.bij-brest.org**

Guide logement de la ville de Brest

Le service accueil de la Mairie de Brest et les mairies de quartier tiennent à la disposition du public le Guide du logement à Brest. Vous pouvez également le télécharger sur : **www.brest.fr** *(Accueil > Médiathèque du site > Dans l'onglet « Documents », rechercher « Guide du logement »)*

BON À SAVOIR : Le téléservice changement d'adresse en ligne vous permet de déclarer à plusieurs organismes de votre choix un changement de résidence principale. Plus d'infos : www.service-public.fr/formulaires (cliquez sur le lien « Changement d'adresse en ligne »).

Location : les pistes à explorer

Cas particulier, vous êtes étudiant : consultez également la rubrique Se loger du chapitre « Vous êtes étudiant ».

Les offres des particuliers

Il est possible de vous mettre en relation avec les propriétaires loueurs, par le biais des annonces publiées dans la presse et accessibles en ligne.

- **La presse quotidienne régionale**
  - Ouest-France : **www.ouestfrance-immo.com**
  - Le Télégramme : **www.letelegramme-immo.com**
- **Hebdomadaires gratuits de petites annonces**
  - ParuVendu : **www.paruvendu.fr/immobilier/**
  - Top'annonces : **www.topannonces.fr**

La colocation

Avant de vous engager, assurez-vous que le nom de chaque colocataire est bien reporté sur le bail et qu'une clause de solidarité y est incluse, sinon, en cas de départ d'un colocataire, celui qui a signé le bail devra prendre à sa charge la totalité du loyer. Cette précaution est indispensable afin que chacun soit responsable du paiement du loyer et de toute somme qui est due. Nous avons repéré pour vous quelques sites intéressants :

- **Sites gratuits**
  www.ij-bretagne.com/logement
  www.cherchecoloc.com
- **Sites payants**
  www.colocation.fr
  www.appartager.com

La cohabitation chez un sénior : « Tiss'âges »

Le service « Tiss'âges » vise à faire vivre ensemble un jeune travailleur (ou étudiant) et un sénior. Les séniors volontaires accueillent le jeune dans une partie de leur logement contre de petits services qui seront définis lors de l'établissement du contrat d'hébergement. Le jeune doit simplement régler une cotisation annuelle de 350 € et une participation aux charges d'un maximum de 30 €.

Pour en savoir plus : contactez l'association AILE au 02 98 44 45 18.

Les professionnels de la location : notaires et agences immobilières

Si vous devez passer par une agence immobilière, les prestations des professionnels de l'immobilier sont payantes : le montant des frais d'agence correspond à environ un mois de loyer. Consultez les adresses des agences sur **www.pagesjaunes.fr**

Les marchands de listes de logement

Le marchand de liste doit détenir une carte professionnelle et est tenu de proposer aux futurs locataires une convention écrite précisant leurs critères de recherches. Le marchand de listes ne vend qu'un accès à une liste de propositions de locations. Il n'assure pas de visite des lieux, ni aucune démarche de contractualisation (bail, état des lieux, etc). C'est à vous de prendre contact avec les propriétaires. Vous n'avez aucune garantie de trouver une location. L'abonnement coûte entre 130 et 160 €.

La liste des agences de particuliers à particuliers est consultable sur le « Guide logement à Brest » sur **www.brest.fr** *(Accueil > Médiathèque du site > Dans l'onglet « Documents », rechercher « Guide du logement »)*

Le logement social

Les organismes à caractère social proposent des logements locatifs accessibles sous conditions de ressources.

À quelles conditions ?

- Dans le cas où le locataire est salarié d'une entreprise de plus de 10 salariés, il doit se rapprocher de son employeur qui lui communiquera les coordonnées du collecteur 1 % Logement de l'entreprise, par le biais duquel il pourra bénéficier d'une réservation locative auprès d'un organisme social.
- Pour les autres cas, consultez la liste des organismes sociaux ci-dessous :

- **Armorique Habitat**
  Parc d'innovation de Mescoat - 29800 Landerneau
  02 98 85 04 40
  Brest : centre-ville, Recouvrance, Lambézellec.
  Demandez le dossier par téléphone.
- **Brest métropole habitat (BMH)**
  68, rue de Glasgow - Brest
  02 29 00 45 00
- **Aiguillon Construction**
  22, rue d'Aiguillon - Brest
  02 98 46 12 13
  Plouzané, Le Relecq-Kerhuon, Brest : Cavale Blanche, Kérinou, Saint-Marc, Recouvrance.
- **Espacil Habitat**
  43 A, rue Branda - Brest
  02 98 43 64 01
  Plouzané, Gouesnou, Brest : centre-ville, Cavale Blanche.
- **Le Logis Breton**
  58, rue de la Terre Noire
  29000 Quimper
  02 98 55 81 91
  Brest, Plougastel Daoulas, Milizac.
  Demandez le dossier par téléphone
  ou téléchargez-le sur **www.lelogisbreton.com**

BON À SAVOIR

Un dossier doit être déposé auprès de l'organisme de votre choix. Les attributions de logements sont établies par une commission, en application de certaines règles

Quels que soient les organismes, la demande est largement supérieure à l'offre. Il faut prévoir un délai d'attente plus ou moins long.

NB : Contrairement à une idée reçue, il n'est pas nécessaire de résider dans la commune ou le département où vous déposez un dossier.

BON À SAVOIR ! Vous pouvez aussi retirer les dossiers de tous les organismes HLM auprès de l'Association départementale pour l'information sur le logement (ADIL).

ADIL du Finistère - 14, boulevard Gambetta - Brest
02 98 46 37 38 - **www.adil.org/29**

Logement de courte durée

Vous effectuez un stage ou vous suivez une formation de courte durée à Brest, voici les lieux qui pourront vous accueillir :

Les Foyers de jeunes travailleurs (FJT)

Les FJT accueillent (rarement pour une location inférieure à un mois) principalement des jeunes de 16 à 30 ans, étudiant, en situation d'emploi, de recherche d'emploi, de formation et d'insertion sociale et professionnelle. La plupart des FJT permettent d'accueillir les couples ainsi que les familles mono-parentales. Ils peuvent aussi accueillir pour la plupart des personnes handicapées.

Contact

- **FJT - L'AILE (16-30 ans)**
  - 8, rue Jules Michelet - Brest - 02 98 44 45 18
  - 7, rue Kérabecam - Brest - 02 98 43 14 06
  www.ailefjt.infini.fr

- **FJT - Les Amitiés d'Armor (18-30 ans)**
  - Résidence Ker Héol - 7, rue de Ker Héol - Brest
  - Résidence Kérélie - 30, rue de Kérélie - Brest
  - Résidence Ker Digemer - 4, rue du Quercy - Brest

Pour contacter une des trois résidences, un seul numéro gratuit : 0800 51 26 72.
www.amities-armor.asso.fr

Résidences privées

- **Appart'City**
  81, rue Robert Doisneau - Brest - 02 98 46 36 06
  www.appartcity.com
  Appartements meublés : 81 T1 et 1 T2 disponibles à partir de 2 nuits pour un week-end, à la semaine ou au mois. Location de 2 mois minimum pour les étudiants.
- **Les résidences du groupe Saint Mathieu**
  02 98 34 11 50
  www.groupesaintmathieu.com
  3 résidences à Brest : Saint Luc et deux en centre-ville. Location de 2 mois minimum.
- **Hôtel Center**
  4, boulevard Léon Blum - Brest - 02 98 807 807
  www.hotelcenter.com
  Studios meublés à la semaine minimum (pour 1 à 4 personnes).

Hébergement temporaire

- **Auberge de Jeunesse**
  5, rue de Kerbriant - Brest - 02 98 41 90 41
  www.aj-brest.org
  Accueil individuel et collectif, adhésion obligatoire. Ouvert toute l'année.
- **Centre de Kéraudren**
  1, rue Ernestine de Trémaudan - Brest - 02 98 34 66 34
  www.centrekeraudren.com
  Accueil individuel et collectif. Restauration sur place.
- **Office de Tourisme**
  Place de la Liberté - Brest - 02 98 44 24 96
  www.brest-metropole-tourisme.fr *(rubrique Votre séjour)*
  Pour connaître toutes les possibilités d'hébergement à Brest métropole océane : hôtels, campings, chambres, gîtes et autres hébergements.

Eté : résidences universitaires

CLOUS - 2, avenue Le Gorgeu - Brest - 02 98 03 38 78

BON À SAVOIR : L'été, le CLOUS de Brest met des chambres à disposition d'étudiants effectuant un stage, ayant un travail temporaire et quelle que soit la raison de leur séjour. Cette offre est également proposée aux futurs étudiants et à leurs familles qui passent quelques jours à Brest dans le cadre d'une recherche de logement pour la rentrée universitaire. Un restaurant reste ouvert tout l'été.

Hébergement d'urgence

- Pour les personnes majeures, un numéro gratuit : composez le 115.
- Pour les personnes mineures : contactez la brigade des mineurs du commissariat le plus proche.

Contact

Commissariat Colbert - 15, rue Colbert - Brest - 02 98 43 77 77

Répétition au Conservatoire, Brest

Aides financières pour le logement

Les aides de la Caisse d'allocations familiales (CAF)

Les aides au logement sont versées par la CAF et contribuent au paiement de votre loyer. Pour connaître le montant auquel vous pouvez prétendre, un simulateur est disponible sur le site **www.caf.fr** (Particuliers > Simulation logement).

- Si vous êtes étudiant, vous pouvez faire une demande d'aide sur **www.caf.fr** *(rubrique Etudiant > Aide au logement)*. Il suffit ensuite de respecter la marche à suivre pour transmettre les documents complémentaires indispensables. Votre dossier est ainsi traité plus rapidement.
- Pour les autres, la demande ne peut pas être faite en ligne, imprimez et remplissez le dossier.

BON À SAVOIR : Lors d'une première demande, l'aide n'est pas due pour le premier mois de location (excepté pour les FJT et les résidences sociales).

Attention ! Si vos parents perçoivent des prestations familiales pour vous, vous devez faire un choix : ou vous percevez l'aide au logement, ou vos parents continuent à percevoir des prestations en votre faveur, mais le cumul des deux aides n'est pas possible. Comparez alors ce que vous pourrez toucher et ce que vos parents perdront.

Contact

CAF du Nord-Finistère
1, rue de Portzmoguer - Brest - 0 820 25 29 10 - **www.caf.fr**
Permanence dans les quartiers brestois : Bellevue, Saint-Pierre, Lambézellec.

BON À SAVOIR : Désormais vous n'avez plus de déclaration de ressources à remplir, votre CAF calcule automatiquement vos droits à partir des revenus que vous déclarez aux impôts. À moins d'un changement dans votre situation, vos allocations ne seront pas révisées avant le 31 décembre de l'année en cours.

Les aides Loca-Pass

Le Loca-Pass comprend deux aides (accordées sous forme de prêts à taux zéro) visant à faciliter votre accès à la location.

Attention ! Il ne faut pas que le bail soit signé avant la demande.

• L'avance Loca-Pass

C'est une avance gratuite du dépôt de garantie (au maximum : 1 mois de loyer hors charges, jusqu'à 2 mois pour un meublé) demandée en général par le bailleur au moment de la signature du bail. Elle est remboursable sur une durée maximum de 36 mois. Tout locataire entrant dans un logement appartenant à un bailleur privé ou social peut solliciter l'avance Loca-Pass pour le financement de son dépôt de garantie.

• La garantie Loca-Pass (ou garantie du loyer et des charges)

La garantie loca-pass est une garantie de paiement qui peut couvrir jusqu'à 18 mensualités de loyers et de charges en cas d'impayés. Elle se présente sous la forme d'une aide sans intérêt pour le locataire et sans frais de dossier. Le locataire dispose d'un délai maximal de 3 ans pour rembourser le montant de sa dette.

Attention : la garantie loca-pass ne concerne que les locations dans le parc social. Exemples : HLM, foyer de jeunes travailleurs, les logements du CCAS.

Pour en savoir plus : www.service-public.fr *(rubrique Logement > Aides financières relatives au logement > Aides au financement des cautions et dépôts de garantie).*

Contacts à Brest

• Chambre de commerce et d'industrie (CCI)
Service action logement - 1, place du 19e RI - Brest
02 98 00 38 88
Lundi, mardi et jeudi : 9h-12h et 14h-17h.

*BON À SAVOIR : Garantie des risques locatifs (GRL). Il s'agit d'un nouveau dispositif d'assurance souscrit volontairement par le bailleur / propriétaire. Ce dispositif permet de couvrir totalement : les risques d'impayés de loyers (charges comprises), les dégradations locatives sur toute la durée du bail, les frais de procédures en cas de défaillance du locataire. Elle vise à favoriser l'accès et le maintien dans le logement. Plus d'infos sur ce dispositif : **www.grl.fr***

Le Fonds de solidarité pour le logement (FSL)

Le FSL est destiné à aider les personnes à faibles revenus, rencontrant des difficultés à financer les frais d'accès à un logement ou à se maintenir dans les lieux. Le FSL peut intervenir sous forme de prêt sans intérêts ou de subvention. Ce sont des aides facultatives. Toutefois, des conditions de ressources sont à respecter. Pour le dépôt de garantie vous ne pouvez pas cumuler une demande auprès du FSL et du Loca-Pass.

Modalités : Le dossier est à déposer dans un délai maximal d'un mois, à compter de la date d'effet du bail. Vous pouvez constituer seul votre dossier ou solliciter l'aide d'un travailleur social (voir les contacts ci-dessous). Les demandes sont examinées en commission. Le dossier est en téléchargement sur : **www.adil.org/29/Seloger/pages/aidelogt.htm#fsl**
Il peut également être retiré auprès de :
CAF - 1, rue de Portzmoguer - Brest - 0 820 25 29 10

• Centres départementaux d'action sociale (CDAS)
Pour trouver le plus proche de votre lieu de résidence, les points d'accueil, leurs coordonnées et un plan d'accès, consultez **www.cg29.fr** *(Accueil > Le Conseil général et vous > Action sociale de proximité > Centres départementaux d'action sociale).*

MULTIPLEXE
Liberté
15 cinémas écrans géants - 2 900 fauteuils Club - Son Dolby Digital
Toute l'actualité du Multiplexe Liberté,
des infos, des offres exclusives
en vous connectant sur
cinealpes.fr
BREST – CENTRE-VILLE
PLACE DE LA LIBERTÉ
Suivre P Liberté
TARIFS ÉTUDIANTS

CINÉMA
Les Studios
SALLES art & essai
Dans un cadre entièrement rénové pour votre confort…
CARTE DONNANT DROIT À 1 PLACE À 3,50 €
Offre valable jusqu'au 31/08/2011
CARTE CINÉ PASS VIP
COLLER ICI VOTRE PHOTO
NOM : .....
Prénom : .....
Carte à découper et compléter,
valable au cinéma LES STUDIOS :
136 rue Jean Jaurès - BREST - 02 98 46 25 58

Se divertir

8

SORTIR À BREST

CULTURE ET SPORT EN FÊTE :
LES TEMPS FORTS DE JUIN À SEPTEMBRE

LES ACTIVITÉS DE A À Z

LES LIEUX À CONNAÎTRE

Se divertir

Répétition au Conservatoire, Brest

Sortir à Brest

Un site incontournable : www.brest.fr/agenda.html. Retrouvez l'agenda des manifestations culturelles et sportives à Brest.

Pour avoir régulièrement des informations sur les spectacles, concerts, pièces de théâtre, etc. :

- Consultez les sites **www.brest.maville.com** (rubrique Sortir) et **www.letelegramme.com** (rubrique Loisirs). Des informations sur les spectacles et les sorties annoncés sont également affichées au Bij.
- Pour les concerts : consultez les lieux de concerts et inscrivez-vous à leur newsletter, n'oubliez pas les mensuels gratuits Lylo Bretagne et le Ty Zicos : **www.tyzicos.com** (disponibles dans certains bars ou dans les magasins culturels) et enfin **www.infoconcert.com**

Culture et sport en fête : les temps forts de juin à septembre

Fête du nautisme (juin)

Chaque année, c'est le lieu de rendez-vous des débutants et des confirmés qui veulent vivre « au fil de l'eau » le temps d'un week-end à Brest et ainsi découvrir les côtes et les rivières des environs. La pratique des activités nautiques est gratuite et ouverte à tous : voile, kayak, aviron, kitesurf, plongée, etc. Renseignements et programme sur le site : **www.fetedunautisme.com**

Fête de la musique (juin)

Le 21 juin est tous les ans le rendez-vous des amateurs et professionnels de la musique. À cette occasion, des scènes sont installées aux quatre coins de la ville pour le plus grand plaisir des visiteurs qui peuvent écouter différents styles musicaux.

Pour en savoir plus : contactez le service animation de la mairie de Brest au 02 98 00 87 82 ou consultez le site **www.brest.fr/culture/tous-les-ans-a-brest/la-fete-de-la-musique.html**

Les fêtes du cinéma

Trois fêtes du cinéma s'échelonnent sur l'année et donnent accès aux salles obscures à des tarifs préférentiels.

- En mars : le Printemps du cinéma - **www.printempsducinema.com**
- En juin : la Fête du cinéma - **www.feteducinema.com**
- En septembre : la Rentrée du cinéma - **www.rentreeducinema.com**

Cinéville / Passeurs d'images (été)

Des projections de cinéma en plein air sont diffusées l'été sur écran géant. Ces séances sont gratuites et ouvertes à tous.

www.brest.fr/culture/tous-les-ans-a-brest/cineville-passeur-dimages.html

Les Jeudis du port (été)

Rendez-vous incontournable l'été à Brest. Fête gratuite : musique, spectacles de rue, chaque jeudi de mi-juillet à fin août de 19h30 à 0h30.

www.brest.fr/culture/tous-les-ans-a-brest/les-jeudis-du-port.html

Les Vendredis du sport (été)

Tous les vendredis des mois de juillet et août, de 10h à 12h et de 14h à 17h, la plage du Moulin-Blanc accueille tous les sportifs, en herbe ou confirmés, pour des journées gratuites d'initiation aux activités les plus diverses : aviron, beach-volley, boxe anglaise, boxe thaï, catamaran, échecs, gymnastique, kayak...

Renseignements complémentaires auprès du centre nautique municipal de Brest (02 98 34 64 84) ou sur **www.brest.fr/sports-nautisme/tous-les-ans-a-brest/les-vendredis-du-sport.html**

Les Journées européennes du patrimoine (septembre)

Elles ont lieu tous les ans le troisième week-end de septembre. Les Brestois peuvent visiter les musées, la cinémathèque de Bretagne et de nombreux autres lieux, gratuitement pendant ces deux jours.

www.brest.fr/culture/tous-les-ans-a-brest/les-journees-du-patrimoine.html

BON À SAVOIR : Depuis avril 2009, l'accès aux collections permanentes des musées et monuments nationaux est gratuit pour tous les jeunes de moins de 26 ans.

Les activités de A à Z

De l'accordéon au yoga en passant par la danse, etc.

Une plaquette recense toutes les activités socioculturelles mises en place par les maisons pour tous, centres sociaux et patronages laïques. Elle est disponible dans toutes les mairies de quartiers, au Bij ou en téléchargement sur le site de la mairie de Brest : **www.brest.fr** (Accueil > Médiathèque du site > Dans l'onglet « Documents », rechercher « Les activités socioculturelles »).

Sports en salle et de plein air

- Les clubs sportifs : consultez l'annuaire de l'Office des sports pour connaître la liste des clubs sportifs y étant affiliés : de l'aérobic en passant par le foot, le yoga, etc. Cet annuaire est disponible au Bij ainsi que dans les mairies brestoises à partir du mois de septembre.

Pour en savoir plus : www.brest-officedessportsbrest.fr

- Pour connaître les équipements sportifs, les parcours sportifs, les circuits de randonnée de Brest, consultez **www.brest.fr/sports-nautisme/sports-en-salle-et-de-plein-air.html**

BON À SAVOIR : Vous êtes sportif ou vous voulez pratiquer une activité physique, le centre de médecine du sport vous accueille gratuitement du lundi au vendredi sur rendez-vous : Centre de médecine du sport - 6, rue Félix le Dantec - Brest 02 98 33 53 40

Les lieux à connaître

La patinoire Rïnkla Stadium

Retrouvez les informations pratiques, tarifs, horaires, animations et événements sur le site de la patinoire : **www.rinkla-stadium.com**

Contact
Patinoire de Brest - Place Napoléon III - 02 98 03 01 30

Les piscines

Pour vous informer sur les lieux et horaires des piscines à Brest, consultez **www.brest.fr/sportsnautisme/piscines.html**

Les bibliothèques

Les bibliothèques disposent d'un site **www.mairie-brest.fr/biblio** très complet, qui vous présente les services (lieux, horaires, abonnement gratuit pour les moins de 25 ans, etc.) et vous permet d'accéder à de nombreuses ressources et services en ligne.

Les Points d'accès public à Internet (PAPI)

Les Points d'accès publics à Internet sont présents un peu partout dans la ville : dans les services publics (mairies, bibliothèques de quartier), les équipements de quartier, les associations, etc. Ces lieux vous permettent d'accéder, quelquefois gratuitement, à Internet. Pour les connaître, téléchargez le guide multimédia sur **www.brest.fr/developpement-rayonnement/internet-et-multimedia.html**

BON À SAVOIR : Le Bij est un Point d'accès public à Internet. Des ordinateurs sont à votre disposition, en accès libre et gratuit. Le temps de connexion à Internet est limité à trente minutes. Par ailleurs, trois ordinateurs supplémentaires vous permettent de réaliser vos recherches d'emploi, de rédiger votre CV et lettre de motivation et consulter vos dossiers administratifs en ligne : CAF, impôts, demande de bourses, attestation Pôle emploi, etc. Les connexions dans cet espace ne sont pas limitées.

Lieux de spectacles, concerts, pièces de théâtre, arts de la rue…

Voici une liste non exhaustive des lieux culturels de Brest : La Carène, le Fourneau, la maison du théâtre, l'espace Vauban, le Quartz, Espace Avel Vor à Plougastel-Daoulas, l'Alizé à Guipavas, etc. Plus d'infos sur **www.brest.fr/culture.html**

Gabao, artiste peintre, Brest

l'info Tram en mobilité

Le site chantier du Tram sur téléphone mobile

Ce site est accessible depuis les smartphones (iPhone, Android, BlackBerry...)

Pour s'y connecter :
> **rentrez** l'Url http://letram-brest.fr/chantier/mobile dans votre navigateur mobile
> **ou envoyez** le mot "tram" au 06 69 76 77 88, et attendez en retour le SMS avec le lien du site mobile

Espace infoTram
41 rue de Siam à Brest
Ouvert du mercredi au vendredi
de 10h à 12h30 et de 14h à 18h
le samedi de 14h à 18h
Tél. 02 98 00 09 20
infochantier@semtram.com

leTram
ma ligne d'envies
www.letram-brest.fr

Pour découvrir le "clip" de l'espace infoTram, téléchargez l'application BookBeo sur votre iPhone. Pour les autres mobiles, utilisez un décodeur type Quickmark ou tapez http://bookbeo.com/espacetram

dynamo - 02 00 0 - Mai 2010 - Photos D. Ismaël

Se déplacer

9

COMMENT PRÉPARER VOS DÉPLACEMENTS EN FINISTÈRE ?

LE COVOITURAGE : UNE SOLUTION ÉCONOMIQUE ET CONVIVIALE

EN BUS

LE FUTUR TRAMWAY

EN CAR

EN TRAIN

EN AVION

A VÉLO

Se déplacer

Répétition au Conservatoire, Brest

Comment préparer vos déplacements en Finistère ?

Le service Viaoo29 est dédié à la recherche d'itinéraires et d'horaires en ligne pour tous les modes de transport en commun du Finistère. Il vous permet de préparer vos déplacements en bus, car, train, avion et bateau pour les liaisons avec les îles.

Viaoo29 vous renseigne sur la localisation des arrêts, les horaires et les tarifs, les services spécifiques pour les personnes à mobilité réduite, les sorties scolaires et transports à la demande, ainsi que sur le réseau finistérien grâce à une carte interactive.

Rendez-vous sur : **www.viaoo29.fr**

Si vous ne disposez pas de connexion à Internet, vous pouvez appeler la centrale de renseignements : 0 810 810 029 (prix d'un appel local).

Le covoiturage : une solution économique et conviviale

Vous pouvez voyager en voiture à moindre coût en utilisant la formule du covoiturage. Les avantages de ce service sont le partage des frais, la réduction de la pollution et la convivialité.

Le Conseil général du Finistère propose un site **www.covoiturage-finistere.fr** sur lequel vous pouvez déposer gratuitement une offre ou une demande de covoiturage. Des aires de covoiturage ont été aménagées sur l'ensemble du département.

En bus

Bibus est le service de transport en commun de Brest métropole océane. Le site **www.bibus.fr** donne de nombreuses informations sur le réseau des bus (lignes, horaires et tarifs) et propose des services en ligne tels que l'achat de tickets et de coupons et la consultation d'un plan interactif.

Contact

Bibus accueil
33, avenue Clemenceau - Brest - 02 98 80 30 30

Bon plan : Il existe des formules « Bus + » qui associent l'abonnement Bibus à un autre abonnement de transport.

Le futur tramway

Le « tram » desservira plusieurs secteurs de l'agglomération brestoise : du centre-ville jusqu'à Kergaradec ou le Froutven en passant par Pontanézen, le Pilier rouge, mais aussi les quartiers de Recouvrance, Saint-Pierre et le Technopôle. Sa mise en service est prévue courant 2012.

Pour en savoir plus : **www.letram-brest.fr**

En car

Le réseau départemental Penn-ar-Bed

Tarifs d'un billet pour un aller simple valable sur tout le département :
- 2 € (tarif normal)
- 1,50 € (pour les moins de 25 ans)
- 0,75 € (avec la carte « Aide à la mobilité »)

Contact

Gare routière - Place du 19e RI - Brest - 0 810 810 029

Pendant l'été : le bus des plages

Profitez de l'intermodalité entre les réseaux Penn-ar-Bed et Bibus pour passer la journée sur l'une des plages du Finistère.

Pour 2 € l'aller simple, le billet unité Penn-ar-Bed vous donne accès au réseau Bibus pendant une heure ainsi qu'au réseau départemental. Tous les départs de Brest se font de la gare routière, à l'exception de la ligne 31 dont les départs se font au Bibus accueil, 33 avenue Clemenceau.

Renseignements : 0 810 810 29 (Gare routière)

En train

Pour connaître les horaires et la réservation, les bons plans et les cartes d'abonnement, ainsi que les réductions et les promotions, un seul site : **www.voyages-sncf.com**

Vous trouverez sur ce site une rubrique « Bons plans » qui recense toutes les offres promotionnelles.

Les possibilités régionales (tarifs, horaires, plan du réseau, actualité, etc.) sont sur : **www.ter-sncf.com/Regions/bretagne/Fr**

En avion

L'aéroport de Brest Bretagne propose des vols réguliers à destination de nombreuses villes françaises et européennes. Les compagnies régulières au départ de Brest sont Air France et les compagnies low cost (Easyjet, Airlinair, Jetairfly, Flybe et Ryanair). D'autres compagnies proposent des vols en fonction de la saison.

Pour en savoir plus : **www.brest.aeroport.fr**

BON À SAVOIR : Une navette achemine plusieurs fois par jour les voyageurs de l'aéroport vers le centre-ville de Brest.

Votre vol international n'est pas au départ de Brest ? Pensez à demander avant l'achat de vos billets la formule « pré-acheminement » qui réduit le coût du vol supplémentaire.

A vélo

Brest métropole océane met en oeuvre une politique affirmée pour favoriser les déplacements actifs (marche à pied, vélo...).

Donnez votre avis sur le projet en cours d'élaboration : **www.brest.fr** (Rubrique Cadre de vie déplacements > Se déplacer > Les déplacements actifs).

Etudiant en atelier peinture à l'ESAB, Brest

Presqu'île de Crozon - Finistère

CAMPING PEN BELLEC**
TELGRUC-SUR-MER

Accès direct à la plage !

Conception : Agence BERGAME 02 98 46 05 17

PLAGE DE TREZ BELLEC - 29560 TELGRUC-SUR-MER
02 98 27 31 87 - camping-penbellec@orange.fr

www.camping-crozon.fr

Centre Atlantique de la Photographie
B.P. 11 111 – 29 211 Brest Cedex 1
tél. 02 98 46 35 80 – 02 98 33 95 08 – fax 02 98 33 95 01
email : lecap@wanadoo.fr
internet : centre-atlantique-photographie.fr

Klavdij Sluban - "Mongolie, Transsibérien - 2008"

- Jeudi 23 septembre
  Photo-lecture n°6 avec le photographe Yan Morvan
  au café de la librairie Dialogues
  avec le soutien du Crédit mutuel Arkéa
- Septembre – octobre 2010
  Mat Jacob – « Être, à l'Ouest – Brest # 1 »
- Novembre - décembre
  Nicolas Comment - « Vitré »
  Magdi Sénadji - « Bovary »
  Vernissage le 5 novembre – 18 h 30
- Janvier – mars 2011
  Klavdij Sluban – « Transsibériades »
  Vernissage le 7 janvier – 18 H 30
- Avril – Juin 2011
  Exposition « Bretagne - Mexique : *Regards croisés* » - Yves Trémorin
  « la Derivada Mexicana »
  « la Dérivée Mexicaine »
  Et les photographes en résidences
  Aldo Sanchez Gonzalez, Ramiro Chavez, Luis Carlos Hurtado Hernandez, Nicolas Comment, Chimène Denneulin et Erwan Fichou
  Vernissage le 13 avril – 18 H 30

Galerie du CAP au Quartz - scène nationale - square Beethoven - Brest
Entrée libre et gratuite du mardi au samedi de 13 h à 19 h et tous les jours de congrès et tous les soirs de spectacles.

Visites grand public le 1er mercredi de chaque exposition et visites scolaires sur rendez-vous

Le Cap reçoit le soutien de la Ville de Brest, du Conseil général du Finistère, du Conseil régional de Bretagne et du Ministère de la Culture et de la communication (DRAC Bretagne)

Mémo santé 10

LA SANTÉ DE A À Z

- Les indispensables à connaître
- Addictions
- Anorexie mentale
- Boulimie
- Contraception
- Grossesse
- Infections sexuellement transmissibles (IST) et Sida
- Mal-être
- Orientation ou identité sexuelle
- Prostitution

L'ACCÈS AUX SOINS

- Le Centre d'examens de santé
- Le point H ou dispensaire de soins gratuits

LES SERVICES D'URGENCE : NUMÉROS D'URGENCE 24H/24

Mémo santé

Projectionniste au cinéma Les studios, Brest

La santé de A à Z

LES INDISPENSABLES À CONNAÎTRE

• La Maison des adolescents

C'est un lieu d'accueil et d'écoute pour les jeunes de 12 à 25 ans. Confidentiel avec ou sans rendez-vous.

Contact

Hôpital Morvan
(Entrée face à la Faculté Ségalen, bâtiment aile gauche, 2e étage)
02 98 22 38 67
Lundi, mercredi et vendredi : 13h-19h et samedi : 9h-14h.

• PASAJ est un service écoute jeunes en Finistère pour les 12-25 ans - www.pasaj.fr

Contact

02 98 43 10 20 (Permanence téléphonique accessible directement tous les soirs de 20h à 23h sauf le samedi)
SMS : 06 32 98 22 07
Courriel : pasaj29@orange.fr

• Fil Santé Jeunes
Tél. 3224 - Anonyme et gratuit
Depuis un portable : 01 44 93 30 74 (Coût d'une communication ordinaire)
www.filsantejeunes.com
Ce site interactif vous permet d'avoir des informations et des réponses à l'ensemble de vos préoccupations sur la santé.

ADDICTIONS

Comment être accompagné dans les processus d'aides à l'arrêt ou tout simplement, avec qui établir un dialogue ? Il est possible de trouver de l'aide auprès de son médecin, ou dans une structure spécialisée proche de chez soi.

Alcool

• Écoute Alcool : 0 811 91 30 30 (7j/7, de 14h à 2h)

Lieu de consultation

• Service intersectoriel d'addictologie
(alcool, addictions aux jeux...)
CHU de Brest - Pôle Santé de Kérigonan
16, rue Alexandre Ribot - Brest - 02 98 44 88 08

Consultations gratuites sur rendez-vous pour toute personne en difficulté avec l'alcool mais aussi pour sa famille et son entourage.

Associations de soutien à Brest

• Alcooliques Anonymes - 6, rue Pen ar Créac'h - Brest
Pour obtenir les coordonnées des contacts locaux : 02 98 46 44 54
N° national : 0 820 32 68 83 (24h/24 et 7j/7)
www.alcooliques-anonymes.fr

• Alcool assistance - La Croix d'or française
21, avenue de Provence - Brest
www.alcoolassistance.net (Informations, permanences et réunions mensuelles)

• Vie Libre - 33, rue du Château - Brest - 02 98 44 44 53
www.vielibre.org (Informations, permanences et réunions mensuelles)

Drogues

Lignes téléphoniques et site Internet

- **Drogues info service** : 0 800 23 13 13
  7j/7, anonyme et gratuit depuis un poste fixe.
- **Écoute cannabis** : 0 811 91 20 20
  7j/7, de 8h à 20h, anonyme.
- **www.drogues.gouv.fr**

Lieu de consultation

- **Accueil drogue information (ADI)**
  (Également Point écoute cannabis de Brest)
  Hôpital Morvan - bâtiment 3 bis - Brest - 02 98 22 36 00
  Lundi au vendredi : 9h-12h30 et 13h45-17h.
  Accueil et suivi des usagers de drogue(s), des toxicomanes, des familles.

Les associations de soutien

- **Lover Pause**
  Structure d'accueil pour les personnes usagères de drogues
  16, rue Alexandre Ribot - Brest - 02 98 80 41 27
- **APLT Bretagne (Association de prévention et de lutte contre les toxicomanies)**
  Centre social de Pen-ar-Créac'h
  13, rue du Professeur Chrétien - Brest - 06 63 32 55 84
  Association d'aide aux familles confrontées aux problèmes de toxicomanie.

Tabac

- **Tabac info service** : Tél. 3989
  www.tabac-info-service.fr

Lieu de consultation

- **Centre de consultation anti-tabac**
  Hôpital Morvan - bâtiment 2 bis - 5 avenue Foch - Brest
  02 98 22 30 38 - Consultation gratuite

Association de prévention

- **ANPAA** (Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie)
  1, rue Massillon - Brest - 02 98 44 15 47 - **www.anpaa.asso.fr**

*BON À SAVOIR : Il est possible d'être « accro » à autre chose qu'à un produit : les jeux d'argent, de hasard, Internet et jeux vidéos par exemple. Ces addictions sont prises en charge par le service intersectoriel d'addictologie du Pôle Santé de Kérigonan - 16, rue Alexandre Ribot - Brest - 02 98 44 88 08. Plus d'infos : **www.drogues.gouv.fr***

ANOREXIE MENTALE

L'anorexie mentale est un trouble du comportement alimentaire. La restriction du régime alimentaire volontaire qui en découle est d'origine psychologique.

Pour s'informer, échanger et discuter :

Solidarité anorexie du Finistère : 06 98 75 67 16

www.s-a-f.asso.fr

Une permanence est assurée à Brest le 1er samedi de chaque mois à 14h30 au Centre social de Pen ar Créac'h : 13, rue du Professeur Chrétien (près de la place de Strasbourg).

BOULIMIE

La boulimie est un trouble du comportement alimentaire. Elle se caractérise par un rapport pathologique à la nourriture : ingestions excessives d'aliments de façon répétitive et durable.

Pour plus d'informations : **www.boulimie.com**

Autre site : **www.enfine.com** (Informations sur les troubles du comportement alimentaire)

CONTRACEPTION : FILLES ET GARÇONS TOUS CONCERNÉS

La contraception ce n'est pas qu'une affaire de fille ! Il existe aujourd'hui différents moyens de contraception : la pilule, le dispositif intra-utérin ou stérilet, l'implant, le préservatif féminin ou masculin, etc. Pour vous aider à choisir le moyen contraceptif qui vous convient le mieux, consultez le site : **www.choisirsacontraception.fr**

Le choix d'une contraception est en effet affaire d'information, de dialogue et de confiance. Pour toute prescription, vous devez prendre rendez-vous auprès de votre médecin traitant, d'un gynécologue ou d'un centre de planification (cf. coordonnées dans la rubrique « Contraception d'urgence »).

Contraception d'urgence

La contraception d'urgence, appelée communément « pilule du lendemain », permet de diminuer fortement (mais pas totalement) le risque de grossesse après un rapport non ou mal protégé. Elle doit être prise le plus rapidement possible, dans un délai maximal de 3 jours. Son efficacité diminue avec le temps : elle est d'autant plus efficace si elle est prise rapidement après le rapport non ou mal protégé. Gratuite pour les mineures, elle est délivrée sans ordonnance dans les pharmacies et dans les centres de planification, ainsi qu'à l'infirmerie scolaire.

Lieux de consultations

• Centres de planification :

- Hôpital Morvan
  Bât. 5 - rez-de-chaussée - 5, avenue Foch - Brest
  02 98 22 34 39
- 16, rue Alexandre Ribot - Brest - 02 98 03 93 55

Dans les centres de planification, les consultations et les prescriptions sont gratuites pour les mineurs et les moins de 20 ans.

• Antenne de médecine préventive universitaire (Réservée aux étudiants)
13, rue de Lanrédec - Brest - 02 98 01 82 88

Lieu d'information et d'écoute

• Mouvement français pour le planning familial (MFPF)
6, rue de Pen ar Créach - Brest - 02 98 44 08 14
Lundi 15h30 à 17h30 et samedi de 9h30 à 11h30.
www.planning-familial.org

GROSSESSE

Suis-je enceinte ? Plusieurs changements de votre corps (retard de règles, nausées, seins tendus) vous laissent penser que vous êtes enceinte. Pour être sûre, vous pouvez effectuer un test de grossesse (test urinaire, prise de sang). Il peut être demandé dans un centre de planification, auprès de votre médecin ou dans une pharmacie (pour le test urinaire). Si le test est positif, vous êtes enceinte.

Quelles sont les démarches à effectuer ?

La grossesse doit être déclarée auprès de la Sécurité sociale et auprès de la Caisse d'allocations familiales dans les 14 premières semaines (fin du troisième mois). Ce délai est à respecter pour ne pas perdre vos droits aux prestations familiales.

Pour plus d'infos concernant vos droits pendant votre grossesse, **www.ameli.fr** pour l'assurance maladie et **www.service-public.fr** pour connaître vos droits en matière de maternité.

Vous ne souhaitez pas continuer cette grossesse ?

Il faut agir vite car l'IVG - l'Interruption volontaire de grossesse - doit être effectuée avant la fin de la 12e semaine de grossesse (soit 14 semaines après le début des dernières règles). L'IVG est une pratique médicamenteuse ou chirurgicale permettant à la femme qui en fait la demande d'interrompre une grossesse non souhaitée.

Lieux de consultations

• Centres de planification

- Hôpital Morvan
  Bât. 5 - rez-de-chaussée - 5, avenue Foch - Brest
  02 98 22 34 39
- 16, rue Alexandre Ribot - Brest - 02 98 03 93 55

Dans les centres de planification, les consultations et les prescriptions sont gratuites pour les mineurs et les moins de 20 ans.

• Antenne de médecine préventive universitaire (réservée aux étudiants) : 13, rue de Lanrédec - Brest - 02 98 01 82 88

Lieu d'information et d'écoute

• Mouvement français pour le planning familial (MFPF)

6, rue de Pen ar Créach - Brest - 02 98 44 08 14
Lundi de 15h30 à 17h30 et samedi de 9h30 à 11h30.
www.planning-familial.org

Tournage pour l'émission « On é pa d mouton ! » par TGB (Télévision Générale Brest)

INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES (IST) ET SIDA

Il existe beaucoup d'IST. A l'exception du Sida, si elles sont dépistées rapidement elles peuvent être soignées facilement.

Attention ! Le seul moyen pour se protéger du Sida et des IST est d'utiliser le préservatif. Rappel : le Syndrome d'immuno-déficience acquise (Sida) est la forme la plus virulente et la plus grave de l'infection provoqué par le VIH. Une personne atteinte par le virus, malade ou non, reste indéfiniment porteuse du virus et en situation de le transmettre.

Pour s'informer

- **Sida info service :** 0 800 840 800
  7j/7 et 24h/24 - Confidentiel, anonyme et gratuit
  www.sida-info-service.org
- **Hépatites Info Service** : 0 800 845 800
  7j/7 de 8h à 23h - Confidentiel, anonyme et gratuit
  www.hepatites-info-service.org
- **CIDDIST**
  Hôpital de la Cavale Blanche (Centre d'information de dépistage et diagnostic des infections sexuellement transmissibles)
  02 98 14 50 66 ou ciddist@chu-brest.fr
- **AIDES délégation 29**
  7, rue de la 2e DB - Brest - 02 98 43 18 72 - **www.aides.org**
  Actions de soutien et d'accompagnement aux personnes concernées par les hépatites et le VIH (permanences d'accueil, convivialités, groupes de parole, etc.) et actions de prévention.

Centres de dépistage anonymes et gratuits (CDAG)

- **Hôpital Morvan -** Service de dermatologie
  5, avenue Foch - Brest - 02 98 22 33 15
  Mardi 9h-10h30, mercredi 12h-14h, jeudi 16h-18h30 et vendredi 9h-10h30.
- **Hôpital de la Cavale Blanche**
  Rue Tanguy Prigent - Brest
  Service de médecine 1 (rez de chaussée) - 02 98 34 73 74
  Le lundi de 13h à 19h et le jeudi de 14h30 à 16h30.
  Service de médecine 2 et maladies infectieuses
  (Pôle 2, hall d'accueil) - 02 98 34 72 07
  Le lundi et le vendredi de 9h à 13h, le mercredi de 12h à 16h et le samedi de 9h à 12h.

Un camion de dépistage est également présent 8 fois dans l'année dans différents lieux de Brest, pour connaître les dates consultez le site **www.forumsantebrest.net** (rubrique Collectif Sida / IST)

Lieux de consultations

- **Hôpital Morvan et Cavale blanche**
  (même lieu que pour le dépistage)
- **Centres de planification**
- **Antenne de Médecine Préventive** (SUMPPS), réservée aux étudiants

MAL-ÊTRE

Mal dans votre peau, vous vous sentez angoissé(e), déprimé(e), stressé(e), vous êtes victime d'insomnies. Vous vous sentez incompris par votre entourage et vous aimeriez que les choses soient différentes de ce qu'elles sont. Ne restez pas seul, faites-vous aider.

Lieux d'écoute

- **La Maison des adolescents**
  C'est un lieu d'accueil et d'écoute pour les jeunes de 12 à 25 ans. Confidentiel avec ou sans rendez-vous.
  Contact : Hôpital Morvan - 02 98 22 38 67
  (Entrée face à la Faculté Ségalen - bâtiment aile gauche, 2e étage)
  Lundi, mercredi et vendredi : 13h-19h et samedi : 9h-14h.
- **PASAJ est un service écoute jeunes en Finistère pour les 12-25 ans**
  www.pasaj.fr
  Contact : 02 98 43 10 20 (Permanence téléphonique accessible directement tous les soirs de 20h à 23h sauf le samedi)
  SMS : 06 32 98 22 07 - Courriel : pasaj29@orange.fr
- **SOS Amitié Brest** : 02 98 46 46 46 - **www.sos-amitie.org**
  En complément de l'écoute par téléphone, SOS Amitié a mis en place un service d'écoute interactif (« Chat-accueil »).
- **Suicide écoute :** 01 45 39 40 00 - **www.suicide-ecoute.fr**

Lieux de consultations

Les Centres médico-psychologiques (CMP) sont des lieux où les jeunes peuvent venir consulter anonymement et gratuitement sur rendez-vous des psychologues.

- **CMP Enfants-Adolescents**
  Rue Alexandre Ribot - Brest - 02 98 44 86 47
- **CMP Adultes**
  8, rue Saint Saëns - Brest - 02 98 80 40 61
- **Hôpital Morvan - Centre Anjela Duval**
  5, avenue Foch - Brest - 02 98 22 38 79
  Unité d'orientation et de prévention vis-à-vis du suicide, unité d'hospitalisation pour les jeunes de 15 à 30 ans en souffrance psychique.

ORIENTATION OU IDENTITÉ SEXUELLE

- **Ligne Azur** : 0810 20 30 40 - **www.ligneazur.org**
  Ligne Azur offre un espace d'écoute, de soutien et d'information pour celles et ceux qui se posent des questions sur leur orientation ou identité sexuelle, ainsi que pour ceux (parents, amis...) qui souhaitent les aider.

PROSTITUTION

Elle est parfois perçue comme une solution provisoire. Mais se prostituer n'est pas un acte anodin, c'est une violence qui laisse des traces plus ou moins graves sur la santé physique et psychique.

Pour s'informer

Mouvement du Nid - Finistère : 02 98 25 88 58
www.mouvementdunid.org

L'accès aux soins

LE CENTRE D'EXAMENS DE SANTÉ

Le Centre d'examens de santé réalise gratuitement des examens de dépistage et de prévention en matière de santé, aux assurés sociaux de tous les régimes d'assurance maladie (sauf les ressortissants de la Mutualité sociale agricole), et informe les usagers sur l'accès aux soins et l'accès aux droits. Il reçoit en priorité :

- les demandeurs d'emploi
- les bénéficiaires du RSA
- les jeunes et stagiaires en formation professionnelle ainsi que les personnes en contrat de travail précaire (CDD de courte durée)
- les bénéficiaires de la couverture maladie universelle

Le bilan s'effectue sur une matinée (sur rendez-vous) et comporte les examens suivants : prise de sang, examen des urines, vision, électrocardiogramme (examen du cœur), audiométrie, examen bucco-dentaire, etc. Un accompagnement psychologique est également possible à la suite du bilan de santé.

Pour en savoir plus

Le Centre d'examens de santé
16, rue Mathieu Donnart - Brest - 02 98 46 85 20

LE POINT H OU DISPENSAIRE DE SOINS GRATUITS

Le point H propose des consultations médicales, des soins infirmiers, des délivrances de médicaments d'urgence, des douches ainsi que des soins dentaires et des consultations avec un psychologue sur rendez-vous. Ce service s'adresse aux personnes qui rencontrent des difficultés d'accès aux soins.

Contact

16, rue Alexandre Ribot - Brest (Saint Martin) - 02 98 44 63 11
Du lundi au vendredi de 9h à 12h.

20, rue Gaston Ramon - Brest (Queliverzan) - 02 98 05 10 10
Le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 14h à 17h.

Les services d'urgence : numéros gratuits 24h/24

- **Le 15** : le Samu - urgence médicale. Il doit être appelé pour tout problème de santé grave, quelle que soit la situation sociale de la personne concernée.
- **Le 115** est le numéro d'urgence sociale, gratuit et accessible 24h/24 sans carte téléphonique. Le numéro vert pour les sans abri, il les oriente vers un lieu d'accueil et d'hébergement ouvert de 19h à 9h.
- **Centre antipoison de Rennes** - 02 99 59 22 22 (coût d'un appel local) Informations téléphoniques 24h/24.

BON À SAVOIR : Composez le 112 si vous appelez d'un téléphone portable.

Groupe Dew Cold Lilies, festival « Les pétarades 2010 » à l'UBO

JEUX VIDEO • PC • DVD • GOODIES
Neuf et occasion - www.gamers-jeux-video.com

BREST • 19 rue Louis Pasteur • 02 98 46 11 46
MORLAIX • 11 rue de Paris • 02 98 62 29 31
CARHAIX • 33 rue du Gal Lambert • 02 98 93 35 07
PONTIVY • Place du Martray • 02 97 27 84 36
LORIENT • 5 passage du Blavet • 02 97 21 69 73
LANESTER • 83 rue A. Croizat • 02 97 76 90 21
VANNES • Rue T. Renaudot • 02 97 63 22 24
REDON • 27 rue Notre Dame • 02 99 72 13 28

Body Blue

Piercing
Tatouage
Bijoux

Parrainez vos amis et profitez de nombreux avantages !

Du lundi au samedi de 14h à 20h

BREST	QUIMPER	LORIENT
8 rue Danton	4 av. de la libération	9 rue Marechal Foch
02 98 46 77 37	02 98 52 05 86	02 98 52 05 86

- 10 € de réduction LE JEUDI
- 5 € de réduction TOUTE LA SEMAINE
- 1 Bijou d'une valeur de 5 € OFFERT pour 20 € d'achat
- 2 Bijoux en titane achetés le 3e à - 50%

Réductions valables sur présentation de ce guide - Non cumulable avec d'autres offres en cours

Conception : Agence BERGAME - 02 98 46 05 17

Idées projets 11

POUR VOUS ACCUEILLIR
ET VOUS ACCOMPAGNER

LES AIDES LOCALES OU DÉPARTEMENTALES

VOUS SOUHAITEZ CRÉER VOTRE ACTIVITÉ
OU REPRENDRE UNE ENTREPRISE

Idées projets

Gally, illustratrice, Librairie Dialogues à Brest

Pour vous accueillir et vous accompagner

Le Bureau information jeunesse (Bij)

Vous trouverez au Bij des outils indispensables pour construire votre projet : la méthodologie du projet, la recherche de financement...

Le guide « Réalisez vos projets » édité par le Centre régional information jeunesse (CRIJ) est également disponible au Bij ou en téléchargement sur le site : **www.ij-bretagne.com** *(rubrique S'informer > S'exprimer > Monter des projets)*.

Contact

Bij - 4 rue augustin Morvan - Brest - 02 98 43 01 08

BON À SAVOIR : Le Bij dispose d'un espace pouvant accueillir vos expositions photos et vidéos.

Votre projet à une dimension européenne : avez-vous pensé à l'action 1.2 du Programme européen jeunesse en action (PEJA) : Initiatives de jeunes ?

Cette action soutient des projets dans lesquels les jeunes participent activement et directement à des activités qu'ils ont eux-mêmes conçues. Ils y occupent des rôles clés de façon à développer leur sens de l'initiative, leur goût d'entreprendre et leur créativité.

Cela s'adresse à des jeunes de 15 à 30 ans qui souhaitent monter un projet en France (minimum 4 jeunes porteurs du projet) ou avec un, voire plusieurs, pays européens (4 jeunes porteurs de projet par pays représenté). Le projet doit avoir une dimension européenne, être en accord avec les objectifs et les priorités annuelles du PEJA **www.injep.fr/-Initiatives-de-Jeunes-15-30-ans-.html**

Pour plus d'informations : **Bij** - Agnès Pissavy
02 98 43 84 16 ou agnes.pissavy@bij-brest.org

La coordination jeunesse de la Ville de Brest

Ce service accompagne les jeunes brestois de 16 à 30 ans dans leur projet et soutient leurs initiatives qu'elles soient culturelles, sportives, humanitaires ou scientifiques.

Contact

Coordination jeunesse de la Ville de Brest
Service action associative et jeunesse
Hôtel de ville (7e étage) - 02 98 00 82 18 ou 02 98 00 84 13

BON À SAVOIR : Chaque année le festival Pleins feux sur la jeunesse est organisé par la coordination jeunesse dans le cadre du soutien aux initiatives des jeunes. C'est un temps fort où les jeunes peuvent montrer leur projet via des expositions photos, des films ou d'autres réalisations.

La Mission d'accueil et d'information des associations (MAIA)

La MAIA et ses correspondants proposent un service gratuit aux bénévoles et responsables associatifs afin de mieux informer et conseiller les associations en mettant à leur disposition une aide et des outils techniques.

Contact

MAIA - Marie-Hélène Kérisit
Direction départementale de la jeunesse et des sports (DDJS)
02 98 64 99 28
Courriel : marie-helene.kerisit@finistere.gouv.fr

MAIA - Correspondant brestois
Yvon Thomas - Evelyne Le Duff
Service action associative et jeunesse
Mairie de Brest (7e étage) - 02 98 00 88 33 ou 02 98 00 87 85
Courriel : yvon.morvan@mairie-brest.fr
ou evelyne.le-duff@mairie-brest.fr

Les aides locales ou départementales

La liste qui suit n'est pas exhaustive. Pour connaître l'ensemble des aides aux projets, n'hésitez pas à venir au Bij où vous trouverez des dossiers complets sur le sujet.

Coup de pouce

Ce dispositif d'aide aux projets de jeunes brestois de 16 à 30 ans a pour but d'encourager des initiatives culturelles, sportives, humanitaires ou scientifiques, que les projets soient individuels ou collectifs.

Contact

Coordination jeunesse de la Ville de Brest
Service action associative et jeunesse
Hôtel de ville (7e étage) - 02 98 00 82 18 ou 02 98 00 84 13

Le Fonds local d'initiatives jeunes (FLIJ)

Cette aide s'adresse aux jeunes demandeurs d'emploi ou inscrits dans un cursus d'insertion sociale ou professionnelle, ainsi qu'aux jeunes encore scolarisés (sur critères socio-économiques de la famille et du jeune). Pour en bénéficier, il faut être âgé de 16 à 25 ans et résider à Brest métropole océane. Tous types de projets peuvent être soutenus : loisirs individuels ou collectifs, projets de vacances et de découvertes, etc.

Contact

Association Loisirs jeunes
9, rue des Onze Martyrs - Brest - 02 98 33 98 66

Envie d'agir

Envie d'agir est un programme national de soutien aux initiatives des jeunes. Il fédère deux dispositifs complémentaires pour aider les jeunes à passer de l'idée au projet et répondre à la diversité de leurs besoins :

• Le Projet jeunes

Cette aide s'adresse aux 11-30 ans, et soutient les premiers projets, individuels ou collectifs, présentant un caractère d'intérêt général, d'utilité sociale, d'animation locale, etc. La bourse peut atteindre 1 000 €.

Le dossier de demande est à retirer à la Direction départementale de la cohésion sociale (DDCS) et sera suivi d'un entretien de recevabilité sur place. Une commission, qui se réunit chaque année de mars à novembre, choisit les bénéficiaires.

• Le Défi jeunes

Cette bourse est destiné aux 18-30 ans, et vise à aider tous les projets qui présentent un caractère de défi personnel ou professionnalisant et qui ont un impact sur le projet de vie des jeunes. La bourse peut atteindre 6 000 €.

Le dossier de candidature est à retirer auprès de la Direction départementale de la cohésion sociale (DDCS) et un entretien le finalisera. Pour l'attribution, le dossier est examiné lors d'une étude départementale de recevabilité puis la décision est prise par le jury de la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale Bretagne (DRJSCS) à Rennes en novembre et en mai (accompagnée d'une soutenance pour les candidats).

Pour en savoir plus : **www.enviedagir.fr**

Contact
Bernard Jaouen
Direction départementale
de la cohésion sociale du Finistère (DDCS)
02 98 64 62 39 - Courriel : bernard.jaouen@finistere.gouv.fr

Fonds départementale d'aide aux initiatives jeunes - FDAIJ

Dispositif départemental qui a pour objet de favoriser les initiatives des jeunes de 16 à 25 ans dans les domaines sportif, culturel, civique, scientifique, économique et en matière d'environnement et de solidarité. Projets individuels ou collectifs. Aide financière de 153 € à 1530 €.

Contact
Conseil général du Finistère
Service sports et jeunesse
32, boulevard Dupleix - 29000 Quimper - 02 98 76 26 63

Le Fonds de solidarité de développement des initiatives étudiantes (FSDIE)

Soutien financier aux projets à but non lucratif (animation des campus, culturels, sportifs, etc.) proposés par des étudiants ou des associations étudiantes.

Contact
Université de Bretagne Occidentale (UBO)
Présidence - Service scolarité centrale
3, rue des Archives - Brest - 02 98 01 60 19 ou 02 98 01 69 43

Le dispositif « Culture-actions » du CROUS

Il vise à financer des projets étudiants : création, animation, aménagement de cadre de vie, aventure, solidarité internationale, par l'attribution d'une subvention spécifique. Le projet peut être réalisé par un étudiant seul, un groupe d'étudiants, ou une association étudiante. Le projet doit être co-financé et accompagné d'un budget détaillé et rigoureux. Le montant des aides est fixé par la commission (elle se réunit 4 fois par an), en fonction de l'intérêt du projet et surtout de ses retombées pour les étudiants. Prenez contact avec le délégué « Culture-actions » qui vous aidera à constituer votre dossier.

Contact

CLOUS - Service culturel
2, avenue Le Gorgeu - Brest - 02 98 03 86 28

Vous souhaitez créer votre activité ou reprendre une entreprise

Pour s'informer sur la création d'activité dans un premier temps, nous vous conseillons de consulter les deux sites suivants : **www.entreprises.gouv.fr** et l'agence pour la création d'entreprise : **www.apce.com** (ce site est incontournable pour tous les futurs créateurs ou repreneurs d'entreprise : information, enquêtes, évolution de la législation, etc).

Il existe également une multitude de lieux d'information sur la création d'entreprise (passer de l'idée au projet, l'aide sur le diagnostic de projets, l'accompagnement, le conseil, l'aide technique, la recherche de moyens, etc.), mais il est impossible de tous les citer.

Voici une liste non exhaustive qui nous semble incontournable.

Pour créer ou reprendre une entreprise commerciale ou industrielle :

- **Chambre de commerce et d'industrie (CCI)**
  1, place du 19e RI - Brest - 02 98 00 38 00
  www.cci-brest.fr

Pour une activité artisanale :

- **Chambre de métiers et de l'artisanat**
  ZAC Kergaradec - 5, rue Jacques Daguerre - 29850 Gouesnou
  02 98 02 73 55
  www.cm-finistere.fr

Pour une exploitation agricole :

- **Chambre départementale d'agriculture du Finistère**
  5 rue de Sully - 29000 Quimper
  02 98 52 49 32
  www.bretagne.synagri.com

Pour des projets dans le domaine de l'économie sociale et solidaire (coopératives, mutuelles) :

- **Chambre régionale de l'économie sociale - CRES**
  66 rue de Glasgow -Brest
  Tél. 06 32 98 81 86
  www.cres-bretagne.org

Pour tout type de projet :

- **Boutique de Gestion du Finistère**
  Rue Ernest Hemingway - Brest
  (Port de commerce : immeuble Kermeur - 3e étage)
  02 98 46 24 14
  www.bg-finistere.com

Boutique Slow design, Brest

espace vauban

Bar et brasserie ouverts jusqu'à 1 h du matin.
Restaurant : cuisine régionale et traditionnelle
(capacité d'accueil 300 personnes)

CABARET spectacles : jazz, théâtre, chansons...
Petit bal du samedi soir

www.espacevauban.com

17 avenue Clemenceau (face au Quartz) - 29200 BREST
02 98 46 06 88 - Fax 02 98 44 87 54 - resa@espacevauban.com

Conception : Agence BERGAME - 02 98 46 05 17

Musée des beaux-arts

Collection permanente (peintures de la fin XVI^e au XX^e Siècle)
et expositions temporaires.

- Ouvert tous les jours sauf dimanche matin et lundi
- Gratuit jusqu'à 18 ans, pour tous les étudiants de L'UBO, de moins de 26 ans et tous les premiers dimanches du mois
- Tarif plein 4 €, tarif réduit 2,50 €
- Visites commentées, ateliers, conférences, concerts...

24 rue Traverse 29200 Brest
02 98 00 87 96

François Dilasser, bateau-feu, 1992

Vie pratique

12

DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

RECENSEMENT ET JAPD

VOTER

TRAVAIL DES JEUNES : CE QUE DIT LA LOI

GÉRER SON BUDGET

LES JEUNES ET LE WEB

SE DÉFENDRE EN JUSTICE : OÙ S'INFORMER ?

Vie pratique

Tournage pour l'émission « On é pa d mouton ! » par TGB (Télévision Générale Brest)

Démarches administratives

Désormais, les démarches administratives sont facilitées grâce à Internet. Vous pouvez les effectuer depuis votre domicile, en remplissant un formulaire en ligne (par exemple pour un extrait d'acte de naissance) ou vous informer et imprimer les formulaires et constituer votre dossier administratif. Pour vos démarches à Brest : **http://brest.demarchesenligne.fr/droits-et-demarches**
Vous pouvez également vous rendre à la Mairie de Brest.

Contact

Hôtel de Ville
2, rue Frézier - Brest
www.brest.fr
02 98 00 80 80 (standard)
02 98 00 80 96 (service accueil information)
Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30, le samedi de 9h à 12h.
Les mairies de quartier (Bellevue, Saint-Marc, Quatre-Moulins, Lambézellec, Europe et Saint- Pierre) sont ouvertes au public du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30, le samedi de 9h à 12h.

Recensement et JAPD

Le recensement

Le recensement est un acte civique obligatoire dès l'âge de 16 ans. Pour qu'il soit effectif, vous devez vous rendre dans la mairie rattachée à votre lieu de domiciliation, muni d'une pièce d'identité et du livret de famille. Sur place aura lieu la déclaration de votre état civil, de votre situation familiale, scolaire et/ou professionnelle.

Attention ! L'attestation de recensement qui vous sera remise doit être conservée précieusement car aucun duplicata ne vous sera délivré. Ce document est nécessaire à l'obtention des différents permis (conduite, chasse, pêche) et vous sera demandé jusqu'à vos 25 ans pour les examens et concours publics.

La Journée d'appel de préparation à la défense (JAPD)

L'objectif de la JAPD est de sensibiliser les jeunes sur les enjeux de la défense nationale, la politique de défense européenne, ainsi que leur faire découvrir les métiers de l'armée. Vous êtes convoqué à la JAPD entre la date de votre recensement et votre 18e anniversaire. Elle aura lieu à proximité de votre domicile.

BON À SAVOIR : Si vous êtes salarié ou apprenti, vous bénéficiez d'une autorisation d'absence exceptionnelle d'une journée. En aucune façon, votre employeur ne peut réduire votre rémunération mensuelle, ni décompter cette journée de vos congés annuels. Après votre participation à la JAPD, vous êtes inscrit d'office sur les listes électorales.

Voter

Pour les élections nationales, locales, européennes ou professionnelles, vous avez de multiples occasions d'exercer votre droit de vote. Pour pouvoir voter, vous devez être majeur, de nationalité française et jouir de vos droits politiques et civiques (ne pas avoir subi de condamnation pénale par exemple). Pour vous inscrire sur les listes électorales, vous devez présenter en mairie une pièce d'identité et un justificatif de domicile (ex : dernière facture EDF, etc.). Si vous venez de vous installer à Brest ou que vous êtes citoyen de l'Union européenne, vous devez procéder à une inscription en mairie.

Attention ! Pensez à signaler tout changement d'adresse avant la fin décembre pour pouvoir voter l'année suivante dans votre nouveau bureau de vote.

Contact : **Service Élections-Recensement**
Hôtel de Ville - 2, rue Frézier - Brest - 02 98 00 84 57

Travail des jeunes : ce que dit la loi

Vous êtes autorisé à travailler à partir de 16 ans, quand vous avez terminé votre scolarité obligatoire.

Si vous avez entre 16 et 18 ans

Entre 16 et 18 ans, le salarié ne peut pas travailler plus de 8h par jour et 35 h par semaine, En principe le travail de nuit est interdit (de 22h à 6h) : des dérogations sont possibles et doivent être accordées par l'inspection du travail. Vous devez en outre bénéficier d'un repos de nuit de 12h consécutives. L'employeur a également obligation d'accorder un repos hebdomadaire de deux jours consécutifs aux jeunes de moins de 18 ans.

Si vous avez 14 et 15 ans

Dans certains cas particuliers, vous pouvez néanmoins commencer à travailler avant 16 ans. Vous pouvez travailler dès 14 ans durant la moitié des vacances scolaires pour des travaux adaptés à votre âge (il ne doit s'agir ni de travail à la chaîne, ni de travaux pénibles). Dans ce cas, l'inspection du Travail doit donner son autorisation car c'est une dérogation.

Gérer son budget

« Faire un budget consiste à : recenser ses ressources et ses dépenses, établir des priorités et les hiérarchiser, gérer, contrôler, ajuster et prévoir pour l'avenir ». ***www.monbudget.famille.gouv.fr*** *donne des conseils pratiques pour gérer son budget en fonction de sa situation (célibataire, marié, avec ou sans enfant). Il vous informe également sur les banques, le crédit et le surendettement.*

Les banques

Avant d'ouvrir un compte, comparer les prestations et les coûts des banques. Une fois votre choix fait, il est indispensable d'apprendre à utiliser les services de la banque. Pour vous aider, le site de la fédération bancaire française **www.fbf.fr** propose sur son site des mini-guides bancaires thématiques à destination des consommateurs.

L'impôt sur le revenu

L'impôt sur le revenu des personnes physiques porte sur les revenus du travail, du patrimoine ainsi que sur les pensions et indemnités (chômage par exemple). Tous les salaires perçus doivent être déclarés. Ils peuvent être mentionnés sur la déclaration de revenus de vos parents, ou sur la vôtre, si vous faites une déclaration à part. En cas de revenus faibles ou nuls, il faut faire également une déclaration. Vous recevrez un avis de non-imposition. Il vous permettra d'obtenir certaines aides (allocations, bourses d'études, logement social, etc.). Les bourses d'études sur critères sociaux ne sont pas à déclarer, ni les indemnités de stage, s'il est obligatoire et fait partie intégrante du cursus scolaire et s'il a une durée inférieure à trois mois.

BON À SAVOIR : les salaires perçus (pendant l'année scolaire ou les périodes de congés scolaires ou universitaires) par les jeunes âgés de 25 ans maximum au 1er janvier de l'année d'imposition, sont exonérés dans la limite annuelle de 3 fois le montant mensuel du Smic. Les salaires versés aux apprentis sont également exonérés dans la limite du montant annuel du Smic.

Plus d'infos : **www.impots.gouv.fr**

Les jeunes et le web

Chats, téléchargements, surf, courriels et sites : une législation réglemente la pratique et les usages d'Internet. Sur les forums de discussions, les blogs ou pages personnelles, il est notamment interdit de commettre de fausses accusations (diffamation), de proférer des injures ou des propos racistes, ou encore de diffuser sans autorisation des copies de contenus (textes, images, musique, etc.) dont vous n'êtes pas l'auteur.

Pour en savoir plus : **www.foruminternet.org**

Se défendre en justice : où s'informer ?

Pour avoir accès à toutes les informations juridiques en ligne (la famille, les libertés fondamentales, la sexualité, le droit des femmes, etc.) : consultez le site incontournable www.droitsdesjeunes.gouv.fr (2500 fiches pratiques pour répondre à vos questions).

Vous avez un litige lié à la consommation ? Avec une administration ? Un particulier ? Un employeur ? Pour obtenir les contacts locaux, consultez le site ***www.ij-bretagne.com*** *(rubrique S'informer > Connaître ses droits)*. Vous obtiendrez par exemple le contact du Médiateur de la République, des associations de consommateurs, etc.

Consultations juridiques gratuites

• Avocats Brestois Conseils Défense Enfants (ABCDE)

ABCDE est une association qui vise à conseiller et à renseigner les jeunes mineurs sur leurs droits au quotidien (famille, assistance éducative, école, travail, émancipation, violence, etc.). Les avocats de l'enfant reçoivent gratuitement les mineurs le mercredi (1er, 3e et 5e de chaque mois) de 15h à 16h30 et sans rendez-vous (entretiens anonymes et confidentiels).

Contact

L'ordre des avocats
32, rue Denver (Cours d'Ajot)
Brest - 02 98 44 31 84

• Association avocats conseils des victimes

Cette association a pour objectif d'aider les victimes qui se retrouvent seules en leur proposant des conseils juridiques par téléphone au 06 83 06 56 68. La permanence est assurée du lundi au vendredi de 17h à 19h.

• Émergence : service d'aide aux victimes d'infractions pénales

Ce service d'écoute, d'information et d'orientation, renseigne les victimes d'infractions pénales ou d'actes de délinquance sur leurs droits et le fonctionnement de l'institution judiciaire.

Deux permanences gratuites et confidentielles

- Émergence

56, rue Bruat - Brest - 02 98 33 83 83
Sur rendez-vous : du lundi au vendredi de 9h à12h et de 14h à 17h30.

- Émergence au Tribunal de grande instance (TGI)

32, rue Denver - Brest - 02 98 33 78 00
Sans-rendez-vous : le mardi de 13h30 à 16h30 et le vendredi de 8h30 à 11h30.

• Centre d'information sur les droits des femmes et de la famille (CIDFF)

Le CIDFF a pour missions l'accueil, l'écoute, l'information, l'orientation et l'accompagnement des femmes. L'association dispose d'un service juridique (droit de la famille, du travail, procédures, etc.), d'un bureau d'aide aux femmes victimes de violences, d'un service emploi, de groupes de parole, etc. Chaque service est gratuit, anonyme et confidentiel.

Contact

CIDFF

26, rue Fautras - Brest - Prendre rendez-vous au : 02 98 44 97 47.
Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30.

• Association nationale pour la meilleure indemnisation des victimes d'accidents corporels (ANMIVAC)

L'ANMIVAC informe et accompagne les victimes ayant subi des dommages corporels suite à un accident de la route, de la vie privée, d'une erreur médicale, d'une infection nosocomiale, d'un accident du travail. L'association conseille également lors des conflits avec les assurances.

Contact

Centre social de Ty an Holl
4, rue André Messager - Brest
02 98 64 99 83 ou 06 88 42 90 01
anmivac.asso@wanadoo.fr - **www.anmivac.com**
Le mardi de 13h30 à 17h (toute l'année).

Vous êtes victime de discriminations

La discrimination consiste à défavoriser une personne en raison de ses caractéristiques ou choix personnels. Vous êtes victime de discriminations au niveau de l'emploi ou du logement par exemple ? Contacter la HALDE (Haute autorité de lutte contre les discriminations et pour l'égalité) - 08 1000 5000 ou **www.halde.fr**

• **Permanence à la CAF** - 1 rue de Portzmoguer - Brest
Uniquement sur rendez-vous le mercredi après-midi de 14h à 16h30.
06 43 40 08 62 ou michel.cornec@halde.fr

L'aide juridictionnelle

Cette aide a pour but de permettre à des personnes aux ressources modestes de faire face à des procédures judiciaires, administratives, ou d'assumer les frais de justice pour assurer leur défense. L'aide juridictionnelle totale ou partielle est accordée sous conditions de revenus. Sont dispensés de justifier leurs ressources les bénéficiaires du fonds national de solidarité et de l'allocation temporaire d'attente, les victimes de crimes (tentatives de meurtres, viol, etc.).

Contact pour adresser une demande

Bureau d'aide juridique du Tribunal de grande instance
32, rue Denver - Brest - 02 98 33 78 00

Que faire quand on est victime de violences (agressions physiques ou verbales, atteintes à la personne, vols) ? En parler et porter plainte auprès de la police.

- **Enfance maltraitée : 119 www.allo119.gouv.fr**
- **Jeunes violences écoute : 0800 20 22 23 www.jeunesviolenceecoute.fr (violences scolaires, injures, racket)**
- **Violences faites aux femmes : 3919 (violences conjugales, mutilations et mariages forcés, agressions sexuelles et viols, violences au travail). www.violencesfaitesauxfemmes.com**

art design

L'ésab est agréée par
le Ministère de la Culture
et financée par la ville de Brest.
Elle forme au:

DNAP

le Diplôme national d'Arts plastiques
option Art et option Design (3 ans)

DNAT

le Diplôme national d'Arts et Techniques
option Design d'espace (3 ans)

DNSEP

le Diplôme national supérieur
d'Expression plastique
option Art et option Design (5 ans)

école supérieure d'arts, 18 rue du Château, 29200 Brest
tél. (33) 02 98 00 87 20 fax (33) 02 98 00 87 88 courrier@esa-brest.fr